



unesco



Horizontes  
Programa de Secundaria Rural

# HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES E INTERCULTURALES

para el programa de Educación  
Secundaria rural Horizontes



**Sesiones de Aprendizaje**  
**3er grado de Secundaria**

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) UNESCO Lima, Representación de la UNESCO en Perú.

Av. Javier Prado Este 2465, piso 7, San Borja, Lima, Perú

© UNESCO, 2022

Todos los derechos reservados

### **Habilidades socioemocionales e interculturales para el programa de educación secundaria rural Horizontes. Sesiones de aprendizaje nivel 2. 2019**

El presente material es una versión contextualizada a la ruralidad peruana de los materiales didácticos con enfoque del Proyecto Naturaleza que fueron desarrollados en su conjunto por el equipo pedagógico del Instituto Aliança. Esta versión ha sido contextualizada, complementada y adaptada de manera colectiva por el equipo técnico y de consultores especializados del Programa Horizontes de la Unesco en Perú y las instituciones socias en cada versión regional: Asociación Civil Tarea en la región Ayacucho, Centro de Investigación y Promoción del Campesinado- CIPCA en la región Piura, Vicariato apostólico de San Francisco Javier en la región Amazonas y los docentes tutores de las escuelas rurales que participaron de la propuesta, validación y ajustes.

Los materiales fueron elaborados durante el año 2020 y 2021 para dar atención al contexto de emergencia sanitaria y cierre de las escuelas generado por la pandemia de la COVID-19.

Primera edición digital: enero 2022

Las denominaciones utilizadas en esta publicación y la presentación del material que figura en ella no suponen la expresión de opinión alguna por parte de la UNESCO sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, ni sobre sus autoridades, ni tampoco sobre la delimitación de sus fronteras o límites. Las ideas y opiniones expresadas en esta obra son las de los autores, no reflejan necesariamente el punto de vista de la UNESCO y no comprometen a la Organización.

UNESCO prioriza la perspectiva de género; sin embargo, para facilitar la lectura se utilizará un lenguaje neutro o se hará referencia a lo masculino o femenino según corresponda a la literatura presentada.

## Estimado profesor,

Se inicia el primer año del segundo nivel de la secundaria para estos jóvenes estudiantes que han recorrido un largo camino hasta aquí. Durante este año escolar vamos a abordar una serie de cuestiones que les ayudarán a entenderse mejor cómo personas, desarrollando habilidades y competencias esenciales para su crecimiento.

En este año, siguiendo el hilo conductor de este curso, que es LA NATURALEZA, y teniendo en cuenta el momento de ampliación de los horizontes que comenzaron a mirar en las primeras series, se decidió utilizar la metáfora del huerto, que representa la perspectiva de la multiplicación de los árboles después de la siembra, cuando se refiere a la fructificación que representa los éxitos y logros de los estudiantes durante las clases.

A lo largo del tercer grado trabajaremos algunas cuestiones relacionadas con el desarrollo de habilidades socio-emocionales destacándose entre ellas la resistencia y la perseverancia, así que aspectos emocionales relacionados con el autoconocimiento, la autoeficacia y la autorregulación, elementos importantes en el proceso de desarrollo personal y social.

Los estudiantes conocerán transversalmente procesos vinculados a la investigación con el fin de desarrollar habilidades y aptitudes como la criticidad, el poder de la argumentación, la capacidad de comprender el mundo y ser capaz de colocarse de forma más segura y objetiva delante a situaciones cotidianas.

Importante señalar que durante el tercer grado los estudiantes también trabajarán más directamente sus proyectos de vida, a través de un amplio proceso relacionado con el desarrollo de las habilidades mencionadas, para que sean capaces de ampliar los horizontes y buscar diferentes caminos y oportunidades para sus vidas.

Delante la complejidad de los temas y enfoques que serán trabajados, un estudio preparatorio en la planificación de cada clase es necesario, ayudando a promover un ambiente fértil para que los estudiantes desarrollen como individuos y como colectivo.



Al final del año, se espera que los estudiantes cumplan con la autonomía necesaria para esta etapa de sus vidas, conscientes de las distintas dimensiones que los componen y listos para construir sus caminos y conquistar sus espacios.

Ahora que sabemos un poco más de donde iremos pisar, ¿empezamos?



### DISTRIBUCIÓN DE LAS CLASES – 2º NIVEL

SESIONES	TEMAS	CARGA HORÁRIA
01	INICIANDO LA SIEMBRA	90'
02	CONSTRUYENDO NUESTRO ACUERDO DE CONVIVENCIA	90'
03	LA FLOR - RITO INICIAL	90'
04	LA AMPLIACIÓN DE HORIZONTES: POSICIONÁNDOSE FRENTE UNA DUALIDAD DE LA VIDA	90'
05	PELÍCULA MOWGLI	90'
06	DISCUSIÓN SOBRE MOWGLI	90'
07	HISTORIA Y MEMORIA: REVISITANDO LOS ORÍGENES	90'
08	ENTENDIENDO LA RESILIENCIA	90'
09	COMPRIENDIENDO LAS EMOCIONES	90'
10	AUTOCONOCIMIENTO	90'
11	AUTOESTIMA	90'
12	MI VERDADERO VALOR	90'
13	LO QUE QUEDÓ DE BUENO Y DE MALO	90'
14	LÍNEA DE LA VIDA	90'
15	CONTROL EMOCIONAL	90'
16	DESARROLLANDO LA AUTOEFICACIA	90'
17	DE LA AUTOESTIMA A RESILIENCIA: PERSISTIR, INSISTIR Y NO RENUNCIAR	90'
18	RESILIENCIA EN LA CONVIVENCIA: ¿QUIÉN DIJO QUE SERÍA FÁCIL?	90'
19	HUERTO PARTICULAR: CON QUIEN CONTAR	90'
20	EL CAMINO DE LA SIEMBRA	90'
21	EL PODER DEL SILENCIO	90'
22	TRABAJANDO LA CRITICIDAD	90'



23	DEL POPULAR AL CIENTÍFICO: UNA ALQUIMIA INVESTIGATIVA	90´
24	INVESTIGANDO LA SALUD EN MI ESCUELA	90´
25	PRESENTACIÓN DE LAS INVESTIGACIONES	90´
26	¿QUIÉN SOY YO?	90´
27	ELECCIONES: ¿TOMAR UNA DECISIÓN ES FÁCIL?	90´
28	LO QUE QUIERO SER CUANDO CREZCA	90´
29	¡YO CREO EN MÍ!	90´
30	RITO FINAL: RETOMANDO EL TRÉBOL	90´
<b>Total</b>	<b>60h / clase</b>	



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 01</b>	TEMA	<b>INICIANDO LA SIEMBRA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover una sensibilización en los estudiantes sobre lo que experimentarán durante el año.</li> <li>• Estimular una discusión sobre la importancia del autoconocimiento</li> <li>• Promover actividades que estimulen la apertura a nuevas experiencias y al trabajo en equipo</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento; apertura a la experiencia; trabajo en equipo</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> <li>• Pedagogía activa</li> </ul>
METODOLOGÍA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/Comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Por medio de una actividad dialógica, posibilitar un espacio de <i>acogida</i> para los estudiantes, promoviendo un momento para que <i>se conozcan mejor y comprendan cómo se dará la formación del Programa Horizontes en este año lectivo.</i>
	DESARROLLO	En la secuencia, se pretende promover una mayor reflexión sobre <i>el autoconocimiento y, al mismo tiempo, estimular una mayor integración entre los estudiantes, a través del desarrollo de actividades artísticas.</i>
	CIERRE	Como desenlace del día, se busca estimular una reflexión sobre los <i>sentimientos que afloraron en la sesión.</i>



<h2 style="margin: 0;">SESIÓN DE APRENDIZAJE</h2> <h3 style="margin: 0;">01</h3>	<h2 style="margin: 0;">PROPUESTA DE ACTIVIDADES</h2>
--	--

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
25´	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a los estudiantes. Informar que hoy se comienza un nuevo momento y que vamos a ver muchos temas interesantes e importantes para la formación y la expansión de sus horizontes, de una manera alegre y diferente.</li> <li>• Entregar tarjetas y pedir que coloquen sus nombres y una imagen que represente una característica suya. Pedir a continuación que se presenten, explicando la imagen elegida para representarlos.</li> <li>• Después de la presentación de todos, explicar que es hora de presentar el Programa Horizontes y hablar sobre ese tiempo que será compartido con ellos. Presentar en diapositivas la nueva disciplina a los estudiantes, detallando la propuesta, los temas de cada año, carga horaria y las evaluaciones.</li> <li>• Preguntar a los estudiantes lo que ellos entienden por <b>huerto</b>. ¿Ustedes han visto uno de cerca? ¿Qué es? ¿Tienen diferentes plantas? ¿Alguna vez han pensado cómo pueden vivir y desarrollarse, a pesar de sus diferencias? ¿Ayudándose unos a otros? ¿Podemos hacer un paralelo con nuestra clase?</li> <li>• Señalar que a lo largo del año vamos a cultivar nuestro huerto para que al final haya una rica cosecha, pero para ello es necesario conocer y cuidar de las plantas de forma individual, teniendo siempre en cuenta sus características e historias, o sea, sus identidades.</li> </ul>
60´	<p><b>DESAROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuar comentando que recién ellos hablaran de una característica que tienen, pero cada persona tiene otras características que los identifican. Invitar a los estudiantes a realizar la actividad <b>“Bajo la sombra de los árboles.”</b> (Anexo)</li> <li>• Los grupos presentan sus bosques para toda la clase.</li> <li>• Al final reflexionar con los estudiantes sobre cada bosque presentado, construyendo un paralelo con el huerto de la clase, estableciendo su relación con la identidad colectiva. Destacar que el grupo se caracteriza por la unión de las personas y sus características.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cada uno con sus diferencias y similitudes (pluralidad) que deben ser reconocidas y respetadas.</li><li>• Destacar que para una buena interacción colectiva es necesario reconocer y valorar el papel de cada sujeto.</li></ul>
5'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Decir que esta fue sólo la primera de muchas clases que tendrán a lo largo del año.</li><li>• Destacar que discutirán temas interesantes que contribuirán para el desarrollo de habilidades y competencias importantes para todos.</li><li>• Al final, pedirles que digan una palabra o frase que represente cómo se sienten después de esta primera clase.</li></ul>

## ANEXO

### SESIÓN 01

#### ACTIVIDAD: A la sombra de los árboles <sup>1</sup>

- Distribuir a los estudiantes la relación de los árboles a continuación con sus respectivas características.
- Solicitar que cada estudiante circule de forma individual las características del texto de los árboles con los que más se identifican (elegir hasta tres árboles).
- A continuación, pedir a los estudiantes que formen grupos de cinco. En los grupos, cada estudiante socializa los árboles elegidos por él y lo por qué de la elección.
- Después de la socialización, pedir al equipo para dibujar en papel cartón o madera, un bosque compuesto de árboles que representen el grupo. Escribir las características en las copas de sus árboles.

#### Descripciones

1) **Maca**, la inspiración. Vivaz, atractiva, elegante, amistosa, no hay pretextos falsos, modesta, no le gustan los excesos, rechaza la vulgaridad, ama la naturaleza, está lleno de imaginación, tiene poca ambición, a menudo crea un ambiente relajado.

2) **Cinchona**, la resiliencia. De extraordinario buen gusto, tiene una gran dignidad, aire refinado, ama todo, es caprichoso. Tiene cuidado con las personas a su alrededor. Es modesto, solidario y con talento. Es un amante conformado, tiene muchos amigos y es muy fiable.

3) **Queuña**, la incertidumbre. Le gusta utilizar adornos. No confía mucho en sí mismo y es valiente sólo si es necesario; necesita buena voluntad y un entorno agradable. Muy selectivo, a menudo solitario, amargo, tiene naturaleza artística, organizadora, tiende a la filosofía, confiable en cualquier situación. Considera el compañerismo muy en serio.

4) **Paico**, independencia mental. Es una persona inusual, con alta capacidad de regeneración. Llena de imaginación y originalidad, tímida y reservada, ambiciosa, orgullosa, que se precie y siempre en busca de nuevas experiencias. A veces nerviosa, tiene muchos complejos, buena memoria, aprende fácilmente, está comprometida con el amor y la vida, le gusta impresionar.

5) **Uña de gato**, la resistencia. No es exigente, es muy comprensiva, sabe cómo hacer una buena impresión, activista de causas sociales. Popular, temperamental y amante caprichoso, compañero, honesto y tolerante, requiere un juicio.

<sup>1</sup> Adaptado y traducido de Mayer (2005).



6) **Chirimoya**, la honestidad. Belleza fuera de lo común, no le gusta impresionar. De modales, vivaz, le gusta la justicia. Diplomático nacido, pero se molesta fácilmente. Se cree superior a los demás y siente que nadie le entiende. Él ama una sola vez, tiene dificultades para encontrar a la persona adecuada.

7) **Achiote**, el buen gusto. Belleza joven, está preocupado por la condición física. El buen gusto tiende al egoísmo. Toma la forma más cómoda posible de la vida, siempre de una manera disciplinada. Le gusta la razón al igual que la bondad, es un amigo emotivo y agradecido. Sueña con amantes excepcionales y rara vez se siente satisfecho con sus sentimientos. Malinterpreta la mayoría de la gente y nunca está seguro de sus decisiones.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 02</b>	<b>TEMA</b>	<b>CONSTRUYENDO NUESTRO ACUERDO DE CONVIVENCIA</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecer la identidad de grupo entre los estudiantes</li> <li>• Promover el respeto a las individualidades en la construcción colectiva</li> <li>• Estimular el trabajo en equipo y el sentido de corresponsabilidad con resultados, propiciando una reflexión sobre “escojas”.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo; asertividad; autorregulación; perseverancia; apertura a nuevas experiencias</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje vivencial</li> <li>• Pedagogía activa / Competencias</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial</li> <li>• Creatividad</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Después de la retomada de la discusión hecha en la sesión anterior, promover una reflexión sobre la <i>importancia del cumplimiento de reglas</i> para una buena convivencia en grupo.
	<b>DESARROLLO</b>	En la secuencia, establecer reglas para la buena convivencia del grupo, estimulando todos a participar, con indicaciones de reglas para la buena convivencia. Destacar el <i>compromiso de cada uno con ese proceso de construcción y maduración de posturas y actitudes</i> .
	<b>CIERRE</b>	Aún en el <i>contexto de autorregulación</i> , invitarlos a producir un portafolio, donde mantendrán sus producciones organizadas y secuenciadas, a lo largo del año.

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material para la creación del Portafolio</li> <li>• PPT sobre la disciplina</li> <li>• Material para la creación de las tarjetas de identificación</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>02</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
10'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recordar que en la clase anterior se comenzó una caminata colectiva. Explicar que hoy la propuesta es continuar este paseo a través de los potenciales y del compromiso de cada uno. Resaltar que para lograr un huerto saludable y diverso se debe cultivar todas las plantas todos los días y seguir una rutina de cuidado disciplinada.</li> <li>• Invitar los estudiantes a participar de la actividad <b>“límites como posibilidades”</b> (anexo).</li> </ul>
70'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sobre la base de la reflexión de la actividad previa, iniciar una discusión basada en las siguientes preguntas: ¿Y hablando de nuestra clase, lo que es importante para un buen convivio? ¿Saben lo que es un acuerdo?</li> <li>• A continuación, proponer la elaboración colectiva del acuerdo de convivencia, como una herramienta importante para el buen convivio en grupo.</li> <li>• Dividir la clase en cuartetos y pedir para que ellos hagan sugerencias de normas para una buena convivencia en el aula. Cada cuarteto toma nota de las sugerencias.</li> <li>• Después de 10 minutos, pedir que presenten sus sugerencias para la clase. Tomar nota de las sugerencias eliminando las repetidas.</li> <li>• Por último, organizar en una hoja (papel de cartas o de cartón) la redacción final del acuerdo y colgarlo en un local visible en la clase. Recordar que es responsabilidad colectiva la manutención de este acuerdo vivo y válido para todos.</li> <li>• Comentar que al igual que nuestro acuerdo es importante para mantener la organización colectiva, también se necesita que cada uno sea organizado de forma individual.</li> <li>• Lanzar la pregunta: ¿ustedes conocen la palabra PORTAFOLIO? ¿Saben lo que significa? Abrir para comentarios.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Explicar que: <i>Portafolio es una colección de todas las producciones y trabajos realizados durante el año. Es una especie de colector, donde almacenamos todo lo que vamos a crear en el transcurso de la tercera serie.</i></li><li>• Informar que durante el año los estudiantes van a hacer numerosas producciones - textual, artística, experienciales – que van a tener un significado y una importancia muy grande en su desarrollo. El Portafolio les permitirá preservar estos momentos.</li><li>• Invitar a la clase a participar de la actividad <b>Creando mi Portafolio</b></li><li>• Solicitar que los estudiantes organicen en tríos;</li><li>• Proporcionar material para la preparación de los portafolios:</li><li>• <i>Parte Externa:</i> Puede ser un cuaderno, una carpeta, una hoja de cartón doblada en la mitad, con el fin de almacenar allí producciones.</li><li>• <i>Parte interna:</i> si se hace en bolsas de plástico, organizar por tema / períodos de calificación; si se hace con hoja de soporte perforada, organizar los materiales almacenados siguiendo los temas.</li><li>• Disponer para la personalización: bolígrafos, lápices de colores, revistas, tijeras, pinceles, pinturas, EVA, piezas de tela, etc.</li><li>• Explicar que cada estudiante debe personalizar su portafolio, poniendo un poco de su personalidad en la portada. Puede ser un dibujo, una frase, nombre, de modo que diga un poco sobre cada uno.</li><li>• Después de la fabricación, el trío debe presentar sus producciones a sus compañeros y decir lo que los inspiró este proceso creativo.</li><li>• Por último, explicar a los estudiantes que, como el portafolio se utilizará durante todo el año, deberá permanecer en la escuela con el fin de garantizar que se utilice en todas las clases, y al final del año, se le devolverá.</li><li>• OBS: Durante la personalización de los portafolios, recordar a los estudiantes acerca del tema principal que es la naturaleza, lo que sugiere que los portafolios se inspiren en algún elemento con lo cual los estudiantes se identifiquen.</li></ul>
10'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Celebración del Acuerdo de convivencia: invitar los estudiantes a hacer una lectura colectiva del acuerdo y después pedir que lo firmen.</li></ul>

## ANEXO

### SESIÓN 02

#### Límites como posibilidades

Pedir a los estudiantes para formar un círculo. Explicar que, al comando del profesor, los estudiantes deben formar una cola, organizándose de acuerdo con la categoría sugerida.

- 1ª momento: deben organizarse por nombre, en orden alfabético.
- 2º momento: deben organizarse por edad solamente a través de gestos, sin hablar.

**Importante:** para este momento sólo tendrán 03 minutos para organizarse.

#### CIERRE DE LA ACTIVIDAD

Preguntar al grupo: ¿Qué más les llamó la atención? ¿Fue fácil la actividad? / ¿Fue difícil? ¿Por qué?  
¿Como fue tener que seguir reglas específicas?



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 03</b>	<b>TEMA</b>	<b>LA FLOR - RITO INICIAL</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuar el proceso de acogida de la clase</li> <li>• Promover la integración entre los estudiantes</li> <li>• Realizar el rito de iniciación con las expectativas del grupo para el año</li> <li>• Estimular el autoconocimiento y la apertura a nuevas experiencias pedagógicas</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento, apertura a nuevas experiencias; perseverancia</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje vivencial</li> <li>• Pedagogía Activa / Competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> <li>• Inter-aprendizaje</li> <li>• Creatividad</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proponer una actividad que resalte la importancia del trabajo complementario y de los logros de un aprendizaje verdaderamente cooperativo</li> </ul>
	<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posibilitar una actividad lúdica, con elementos del arte, que les permita proyectar lo que desean alcanzar este año, a través de la definición de sus expectativas</li> </ul>
	<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular el sentimiento de pertenencia al grupo, a través del compartir las expectativas de cada estudiante, en un círculo</li> </ul>

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos autóctonos</li> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Dinámica de grupo</li> <li>• Aprendizaje cooperativo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel oficio - una hoja para cada estudiante / sonido / música para el Rito de Iniciación / lápices de colores / pegamento / una caja de zapatos/ cinta adhesiva y una cinta decorativa.</li> <li>• Vídeo tutorial Trébol de 4 hojas: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=QBOfoAKCh3A">https://www.youtube.com/watch?v=QBOfoAKCh3A</a></li> <li>• Canción El Cóndor Pasa: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iNWKtaMekW8">https://www.youtube.com/watch?v=iNWKtaMekW8</a></li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 03</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar las bienvenidas y recibir a los estudiantes con una canción alegre. En la medida en que lleguen solicitar que formen un círculo. Luego preguntar: <b>¿conocen el significado del círculo?</b></li> <li>• Después de algunas respuestas, reforzar los significados de igualdad, unidad, solidaridad, de la participación y el respeto a la identidad de cada uno que el círculo representa.</li> <li>• Invitar a los estudiantes a participar de la actividad <b>Grupos Crecientes</b> (anexo).</li> <li>• Al final, con el cierre de la actividad, resaltar la importancia de comprender las creencias y la historia de los demás para que la clase se consolide como un grupo.</li> </ul>
	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retomar la perspectiva de la tercera serie (la Huerta), enfatizando todo el éxito que quieren lograr como individuos y como grupo, y empezar con la siguiente reflexión:</li> <li>• Hay una pequeña plantita, que se cree que trae suerte... ¿Conoce su nombre? ¿Alguien ha visto una? ¿Con lo que parece? Ella no es fácil de encontrar, como la suerte también... (esperar las contribuciones).</li> <li>• “Los antiguos creían que cualquiera persona que poseía una Flor de 4 hojas tendría el don de la prosperidad. Así, es con los mejores deseos que comenzamos nuestro año, transformando una hoja de papel en un Flor de 4 hojas! “. (Ver el paso a paso en el tutorial de vídeo).</li> <li>• Pedir que mantengan los últimos grupos (cuartetos) de la actividad anterior y pedirles que sigan las directrices (anexo).</li> </ul>
	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de la construcción individual, formar un círculo y decir a los estudiantes que esta flor es un regalo. “Nuestro deseo es que ella pase a inspirar a todos a construir un futuro de grandes logros, combinando talento y suerte con esfuerzo y experiencia. Por eso que ella mantendrá las expectativas para este año.”</li> </ul>



• Al sonido de la canción “El Cóndor pasa”, invitar a un estudiante al centro a la vez, que elegirá una de sus expectativas para compartir con la clase. El estudiante debe poner su flor en la caja de los deseos, firmando o dejando su marca. Por último, pedir a dos voluntarios que cierren la cajita indicando que dentro están todas las expectativas de este grupo que está iniciando su carrera en el tercer grado. La caja de los deseos tiene un valor simbólico especial para esta clase y, por tanto, libera energía positiva y todos los sentimientos de unión, amistad, solidaridad y de fraternidad. Recordar que se debe guardar a lo largo de este año para ser abierto sólo al final del año.



## ANEXO

### SESIÓN 03

#### Actividad Grupos Crecientes

Rodrigo Prata

1. Pedir a los estudiantes que caminen por la clase cumplimentando a los demás al sonido de una canción alegre;
2. A continuación, poner en pausa la música y pedir a los estudiantes que formen parejas, preferentemente con aquellos que aún no conocen. Orientar que las parejas hablen sobre **las lecciones del año anterior** (2 minutos);
3. Poner la música otra vez, orientar que los estudiantes se despidan de sus parejas y vuelvan a caminar por la clase. Pausar de nuevo y pedirles que ahora formen tríos, solicitando que hablen sobre: **¿Como persona y como compañero de clase, veo cambios en mí desde que empecé la secundaria?** (3 min)
4. Una vez más tocar la música y orientar a los estudiantes que se despidan de sus tríos y vuelvan a caminar a lo ritmo. Pausar de nuevo y pedirles que ahora formen cuartetos, solicitando que ahora conversen sobre **cuales características/habilidades uno necesita desarrollar más. ¿Por qué?** (3 min)
5. Por fin, poner la música, pedir a los estudiantes que se despidan del grupo y vuelvan a caminar. Por último, pedirles que formen quintetos y orientar que hablen **de las expectativas** para la tercera serie (5 minutos);
6. Abrir el círculo y pedir a estudiante de cada grupo hable sobre las expectativas de su grupo para la tercera serie.

## ANEXO

### SESIÓN 03

#### RITO DE INICIACIÓN – LA FLOR

##### 1. La producción de la flor:

- Ponga una música de fondo.
- Distribuir a cada participante una hoja de papel oficio.
- Solicitar que cada un corte la hoja para formar el cuadrado más grande posible, guardando lo que sobró de la hoja.
- A continuación, cortar esta cuadrado mayor en 4 cuadrados iguales.
- Exhibir el tutorial y solicitar que todas produzcan sus flores siguiendo cuidadosamente el paso a paso.
- Proporcionar materiales para que todos puedan decorar sus flores.
- Cuando todos hayan terminado, explicar: todos necesitaron atención, esfuerzo, colaboración, disciplina, inspiración, para montar sus flores. Si hacemos una correlación con el trébol de 04 hojas, podemos decir que, en ese trabajo también, la suerte no llega por acaso en nuestros destinos, no viene por casualidad. Tenemos que invertir nuestro conocimiento, nuestra determinación para hacerla florecer.
- Pedir a todos levantar el colgajo de papel a un lado y cortar por la mitad. Se recomienda que, en parte, a escribir su nombre, clase y fecha y, a continuación, se pega en la parte posterior de la flor.

##### 2. Escribiendo las expectativas:

- Pedir a cada estudiante para tomar la otra mitad de la hoja de papel y escribir tres expectativas para este año: 1: Una habilidad que quieren desarrollar; 2: Un deseo personal y 3: Un aprendizaje a ser alcanzada por toda la clase.
- Luego, orientar a cada estudiante que pliegue su papel y lo inserte dentro del trébol, teniendo cuidado de no soltarse.



- Al final, decir que las expectativas del grupo estarán involucradas por deseos de prosperidad y suerte.

### 3. Rito de iniciación:

- Continuar con el Rito de Iniciación organizando la clase con los estudiantes todos en círculo. En el centro poner una toalla y una caja blanca (caja de zapatos).
- Al sonido de la canción *El Cóndor Pasa* (<https://www.youtube.com/watch?v=iNWKtaMekW8>), pedir a toda la clase para centrarse en sus deseos.
- Luego, solicitar a un estudiante a la vez para ir al centro, revelar una de sus expectativas y depositar su trébol dentro de la caja.
- Una vez guardados todas las flores, invitar dos voluntarios para sellar la caja con hilo, lana o cinta y que la identifiquen con el nombre de la clase, la escuela y el año.
- Invitar cada estudiante a firmar la caja o dibujar algo que lo represente. Preparar una manta para proteger la caja.
- Por último, decir que esta caja se guardará y se abrirá en el último día de clases para que todos tengan la oportunidad de evaluar si se cumplieron sus expectativas.





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 04</b>	<b>TEMA</b>	<b>LA AMPLIACIÓN DE HORIZONTES: POSICIONÁNDOSE FRENTE A LA DUALIDAD DE LA VIDA</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover la integración de los estudiantes a partir de sus historias</li> <li>• Provocar una reflexión con los estudiantes sobre cómo percíbanse delante de las situaciones de la vida y de los sentimientos que alimentan a sus niveles más internos.</li> <li>• Estimular el autoconocimiento y la toma consciente de decisiones</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento, pensamiento crítico, trabajo colectivo, toma de decisiones</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque crítico / reflexivo</li> <li>• Aprendizaje vivencial/ decisional</li> <li>• Pedagogía activa / competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Trabajar el <i>autoconocimiento</i> asociado al <i>rescate de memorias afectivas</i> , así como, promover una reflexión sobre la <i>percepción de mundo</i> de los estudiantes.
	<b>DESARROLLO</b>	En la secuencia, estimular una discusión sobre los <i>conflictos internos</i> del ser humano y <i>cómo nos posicionamos ante ellos</i> , en la perspectiva de dar continuidad a un proceso de escucha interna.
	<b>CIERRE</b>	Cómo desenlace del día, provocar el grupo a <i>reflexionar sobre cuestiones relacionadas con la solidaridad, la generosidad, la ley de retorno, la gratitud y los valores.</i>

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos autóctonos</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Narraciones orales</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kit con objetos</li> <li>• ¡Haz Bien y no mires a quien! Enlace: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xmxKs5L0b4Q">https://www.youtube.com/watch?v=xmxKs5L0b4Q</a></li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>04</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
25'	<b>INTRODUCCIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Recibir los estudiantes, los saludando de forma individual, tratando de llamar a cada uno por su nombre.</li><li>• Después de la llegada de todos, retomar que la última sesión presentó la oportunidad de que el grupo pudiese conocer un poco más y compartir historias y expectativas. Resaltar que somos seres en constante cambio y que es importante saber lidiar con esa montaña rusa de emociones y situaciones que caracteriza nuestras vidas.</li><li>• Recordar que todos tenemos una actitud frente a la vida teniendo en cuenta nuestras características y valores; cada uno tiene su propia comprensión, su forma particular de ver el mundo.</li><li>• Invitar a la actividad <b>Objetos de la percepción</b> (Anexo)</li></ul>
60'	<b>DESARROLLO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Después de la socialización de los estudiantes, sin perder el ambiente, invitar a la clase a hacer una lectura colectiva del texto <b>“lobos”</b>.</li><li>• Después de la lectura, pedir que formen parejas y proponer que hablen un poco acerca de cómo cada uno se percibe, en su vida diaria, su relación consigo mismo y con la gente a su alrededor a través de la pregunta: “¿Cuál lobo alimentamos y por qué?”.</li><li>• Destacar que la historia enfatiza la dualidad del ser humano, su complejidad y, sutilmente, la necesidad de trabajar de manera continua nuestra propia evolución. Como moraleja de este relato interesante y racional de los Cherokees, se entiende que sólo depende de cada uno ser bueno o malo, convirtiéndose en una persona mejor o peor, en la cara de los dos lobos que viven y duelen en cada uno de nosotros, en una búsqueda incesante de lo que realmente somos.</li><li>• OBS: hacer la lectura de texto despacio y claramente, para que todos lo comprendan</li></ul>



5'

**CIERRE**

- Invitar a los estudiantes a ver el vídeo **¡Haz Bien Y no mires A Quien!**
- Al final, reunidos en círculo, preguntar a algunos estudiantes sobre cómo se sienten después de esta discusión acerca de nuestro posicionamiento frente a las situaciones de la vida.
- Reforzar la importancia de ser positivo frente a situaciones difíciles en nuestras vidas, recordando que reflexionar sobre las dificultades nos hace más fuertes y preparados.



## ANEXO

### SESIÓN 04

#### Objetos de la percepción

- Preparar de antemano un kit con algunos objetos que serán utilizados en la actividad. A modo de ejemplo puede ser una foto, un cuaderno, gafas, lápiz, lápiz de labios, vaso, goma, tijeras, zapatos, reloj, teléfono, comida, algo relacionado con el arte, es decir, cualquier objeto que no tiene un contenido negativo y pueden representar algo para los estudiantes.

Nota: importante colocar una serie de objetos más pequeños que el número total de estudiantes, por lo que se repetirán algunas opciones.

- Poner una manta en el centro de la clase y posicionar los objetos. Pedirles que hagan un círculo alrededor de los objetos y los observen cuidadosamente.
- Orientar que, individualmente, se dirijan hacia el centro y elijan a un objeto. Después de la elección, decir que este objeto es y por qué lo has elegido específicamente. Se acuerda de algo? Alguien? Algún momento importante? ¿Qué recuerdos le tras?
- Importante recordar que el próximo estudiante sólo podrá ir cuando el primero haya acabado su discurso. Asegurarse de controlar el tiempo de cada estudiante es crucial para crear un clima sano y confiable.
- Después de todos se pronunciaren, promover un debate a partir de las siguientes preguntas:

¿Cómo les pareció participar de esta actividad? Era fácil relacionar el objeto con algo de nuestra memoria?

¿Hubo más de un estudiante que tomó el mismo objeto? ¿Tenían diferentes percepciones?

¿Lo que representa para vosotros el hecho de poseemos diferentes percepciones y recuerdos del mismo objeto?

- Al final, comentar que cada uno de nosotros tiene una historia de vida única y que siempre va a influir en nuestra percepción de mundo y nuestras elecciones. Lo importante es respetar las historias compartidas, pues representan un fragmento de nuestra vida.

## ANEXO

### SESIÓN 04

#### TEXTO LOBOS<sup>2</sup>

Un joven se acercó a su abuelo lleno de rabia porque otro joven le había tratado mal.

El viejo abuelo le dijo a su nieto, “Déjame contarte una historia. Yo también, algunas veces, he sentido un gran desprecio por aquellos que me han quitado tanto, sin tener ningún remordimiento por lo que han hecho. Pero el odio te afecta a tí y no a tu enemigo. Odiar es como tomar un veneno y desearle a tu enemigo la muerte.

Yo he pasado por estos sentimientos muchas veces. “Es como si hubiera dos lobos dentro de mí; un lobo es bueno y no hiere a nadie. Él vive en armonía con todo a su alrededor y no se ofende cuando no ha habido ofensas. Él solo peleará cuando sea preciso hacerlo, y además lo hará de la manera correcta. Pero el otro lobo está lleno de rabia. La situación más pequeña le cambiará su temperamento.”

“Él pelea con todo el mundo, todo el tiempo, sin ninguna razón. Él no puede pensar porque su rabia y odio son mucho más grandes. Es una rabia sin sentido, porque esa rabia no produce ningún cambio. Algunas veces es duro vivir con estos dos lobos dentro de mí, porque ambos lobos tratan de dominar mi espíritu.”

EL joven miró atentamente a los ojos de su abuelo y le preguntó, “Abuelo, ¿Cuál lobo ganará?”

El abuelo sonrió y dijo, “Aquel a quien yo alimente.”

<sup>2</sup> Adaptado de Trailside Middle School (s.f.).



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 05</b>	<b>TEMA</b>	<b>MOWGLI - EL NIÑO LOBO</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abordar de una forma lúdica algunos aspectos socio-emocionales.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Apertura a nuevas experiencias, Identidad cultural.</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interculturalidad</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recurso audiovisual (película), mediado por un guión de preguntas orientadas a la reflexión sobre los temas de la historia</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Preparar la clase, con informaciones relevantes, para que puedan visualizar la película desde una mirada más profunda, estimulando una <i>reflexión sobre la forma cómo vemos y nos insertamos en el mundo.</i>
	<b>DESARROLLO</b>	La película
	<b>CIERRE</b>	Al final, provocar el grupo con preguntas asociadas a cenas de la película, <i>estimando su curiosidad</i> en cuanto a la secuencia de las discusiones en la sesión siguiente.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura e interpretación de imágenes</li> <li>• La recreación</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kit multimedia.</li> <li>• Película <i>El libro de la selva</i> (Favreau, 2016)</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>



**SESIÓN DE APRENDIZAJE 05**

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES**

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
90'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Decir a los estudiantes que asistirán a una película que está directamente relacionada con la forma en que vemos y nos inserimos en el mundo. Así como las diferentes plantas en un huerto tienen que estar en sintonía con los demás, también tenemos que saber cómo conquistar nuestro espacio y nuestros nutrientes para una vida plena y saludable, dentro del respeto a los demás.</li> <li>• Pedir a todos que estén atentos a los elementos que se relacionan con este tema y pedir que todos respeten el silencio y así a los demás durante la exposición.</li> </ul> <p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ficha técnica:            Título: <b>El libro de la selva</b> (original)            Año producción: 2016            Dirigida por Jon Favreau            Duración: 106 minutos            Valoración: L - gratuito para todos los públicos            Género: Aventura Drama            Países de Origen: Estados Unidos de América; Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte</li> <li>• Sinopsis:            Trata sobre la educación de Mowgli, criado por una manada de lobos en las selvas de India, mientras aprende las reglas, a menudo complicadas, de la jungla. Bajo la tutela de un oso llamado Baloo y una pantera llamada Bagheera, Mowgli llega a ser aceptado por los animales de la jungla como uno más de ellos. Por todos menos uno: el temible tigre Shere Khan. Pero puede haber peligros mayores acechando en la jungla, cuando Mowgli se enfrenta a sus orígenes humanos.</li> <li>OBS:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ver la película de antemano y profundizar los temas de la Hoja de Ruta discusión.</li> <li>• En función del tiempo, caso sea necesario, tratar de negociar con el profe de la clase siguiente a utilizar unos minutos de su tiempo o los estudiantes a utilizar el tiempo del intervalo.</li> </ul> </li> </ul>





TIEMPO	DESCRIPCIÓN
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Importante prever la instalación de equipos audiovisuales para no perder aún más tiempo.</li></ul>
	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Por último, destacar que deben mantener la película en la memoria pues ocurrirá toda una discusión en la clase siguiente</li></ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 06</b>	<b>TEMA</b>	<b>DISCUSIÓN DE LA PELÍCULA MOWGLI</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover una discusión sobre un conjunto de habilidades que ayudan a componer nuestra identidad personal</li> <li>• Permitir la reflexión sobre la relación entre la auto-percepción y aceptación de uno mismo con el sentimiento de pertenencia</li> <li>• Trabajar de modo más profundo conceptos asociados a autoconocimiento &amp; conciencia social, perseverancia, trabajo en equipo e identidad cultural.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento, Conciencia social; perseverancia; trabajo en equipo; identidad cultural</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interculturalidad</li> <li>• Aprendizaje vivencial</li> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rescatar dialógicamente <i>los puntos centrales</i> de la sesión anterior, ya preparando el grupo para la actividad siguiente.</li> </ul>
	<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En la secuencia, invitarlos a una actividad vivencial y reflexionar con ellos sobre el sentimiento de pertenencia a un grupo.</li> <li>Reflexionar, a partir de los mensajes pasados en la película visto en la clase anterior, sobre el <i>sentimiento de pertenencia a un grupo</i>, nuestra conexión con la naturaleza.</li> </ul>
	<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estimular el grupo al <i>ejercicio de síntesis</i>, lo asociando a percepciones y sentimientos identificados, a lo largo de la sesión de hoy.</li> </ul>

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dinámicas de grupo</li> <li>Lectura de imágenes</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones impresas (anexo)</li> <li>Guión de discusión (Anexo)</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 06</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
30'	<b>INTRODUCCIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Preguntar lo que les pareció la película vista en la clase anterior. ¿Qué más les gustó? ¿Alguien quisiera destacar algo?</li> <li>Después de la discusión inicial, invitar a la clase a la actividad “<b>Quiero pertenecer a un grupo</b>” (anexo).</li> </ul>
50'	<b>DESARROLLO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dividir la clase en cuatro equipos y entregar a cada, una situación con preguntas del guión de discusión (Anexo). Informar que tendrán 10 minutos para discutir esta cuestión teniendo en cuenta también lo que se vio en el comienzo de la clase.</li> </ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Decir que luego presentarán al resto de la clase.</li><li>• Cada equipo tendrá un máximo de 5 minutos para la presentación.</li><li>• Después de todos los equipos presentaren, comentar que el sentimiento de pertenencia es algo natural que buscamos todos los días y que se vincula directamente con lo que realmente somos. Aceptarnos como somos y vivir de acuerdo con nuestros valores es el primer paso para ser recibido.</li><li>• Terminar destacando que se trabajará elementos que ayudan en el proceso de autoconocimiento en la siguiente sesión.</li></ul>
10'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pedir a los estudiantes para evaluar la sesión de hoy con el sentimiento que más se destacó en cada uno, completando la frase "El sentimiento que mi representa hoy es ..."</li></ul>

## ANEXO

### SESIÓN 06

#### Actividad: Quiero pertenecer a un grupo

##### Objetivos:

- Experimentar la sensación de exclusión de grupo;
- Desarrollar un sentido de aceptación y pertenencia.

##### Desarrollo:

- Elegir tres estudiantes y pedirles que esperen fuera de la clase.
- A los estudiantes que se queden dentro de la clase orientar que hagan un círculo apretado y entretreído en el centro para que no permita que los compañeros que están fuera entren en el círculo.
- Caso alguno logre entrar, que sea totalmente ignorado.
- Informar a los tres estudiantes que están fuera para tratar de penetrar en el círculo de la mejor manera posible, negociando o intentando físicamente.

NOTA: Enfatizar que en los intentos físicos no se puede hacer daño a los colegas.

##### Cierre:

Comenzar una discusión basada en las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son los sentimientos que despiertan en las personas cuando están excluidos del grupo? Y en cuanto a los que excluyen? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué lleva a un grupo a excluir a alguien?
- ¿Y si el intento hubiera sido por la argumentación y el diálogo, habrían logrado más éxito?
- ¿Podemos hacer un paralelo con la película?

## ANEXO

### SESIÓN 06

#### GUIÓN DE DISCUSIÓN - PREGUNTAS PARA LOS EQUIPOS

Película El libro de la selva

##### 1. Pertenencia

“Él es un hombre y lobo aunque no es ni uno ni otro. Pertenece y no pertenece a los dos mundos en la misma medida y por lo tanto nunca será plenamente aceptado por ninguno de los dos”. Esta crisis de identidad aparece en todo momento en la película. ¿Cómo ha sido para Mowgli el proceso de ser aceptado por el grupo de lobos? ¿Fue fácil? Como seres humanos, ¿por qué sentimos la necesidad de ser aceptado? ¿Alguno de ustedes ha recibido a alguien? ¿Cómo se sintió?

##### 2. Somos parte de nuestro planeta

Los seres humanos son una especie entre muchos que comparten la Tierra y como tal deben respetar su entorno y el resto de las especies que lo habitan. Cada especie cumple su función en el ciclo de la vida, cada especie es capaz de algunas cosas y incapaz para otras. ¿Cuál es la importancia de una coexistencia armoniosa entre las personas? Es importante respetar las diferencias? ¿Por qué?

##### 3. Nunca darse por vencido

En todo momento vemos al niño Mowgli esforzándose para ser aceptado por los lobos. Frente a situaciones extremas y al aprender a utilizar su inteligencia para superar sus limitaciones físicas con respecto a sus “hermanos”. Mowgli logró encontrar una manera de adaptarse al estilo de vida de los lobos? ¿Qué tan importante saber para ser capaz de adaptarse a las nuevas situaciones? Algunos de ustedes han tenido que adaptarse a una nueva situación? ¿Cómo se sintieron?

##### 4. El autocontrol

El tigre de Bengala es uno de los personajes principales de la película. Amargado con los humanos por haber sido cazado y herido, el tigre no puede ver a Mowgli como perteneciente al bosque y quiere darle caza en venganza. El resentimiento le impide reconocer Mowgli como similar a



pesar de que se creó toda su vida en el bosque. El tigre podría haber evitado muchos problemas si se hubiera controlado su ira? ¿Qué tan importante es saber equilibrar nuestras emociones sobre diariamente? Algún de ustedes ha logrado controlarse ante una situación extrema? ¿Cómo se sintió?





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 07</b>	TEMA	<b>HISTORIA Y MEMORIA: RE-VISITANDO INDIVIDUALIDADES</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear espacios de escucha activa entre los estudiantes;</li> <li>• Fortalecer el respeto y la valoración de los recuerdos y la historia de cada estudiante.</li> <li>• Asociar el autoconocimiento y la autoimagen en una perspectiva sociocultural</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia social; autoconocimiento; apertura a nuevas experiencias</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa / competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> <li>• Pedagogía de la Pregunta</li> <li>• Creatividad</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Hacer un sondeo sobre el conocimiento que los estudiantes ya tienen sobre el tema de esta sesión, <i>provocándolos a hacer asociaciones entre conceptos distintos.</i>
	DESARROLLO	En la secuencia, <i>estimular el fortalecimiento personal y del grupo, a partir del compartir las historias y memorias individuales.</i>
	CIERRE	Al final, instigar a los estudiantes a <i>reconocerse</i> como protagonistas de sus historias.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Conocimientos autóctonos</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música tranquila para la reflexión (elección del profesor)</li> <li>• hojas de artesanía de papel, lápices de colores, bolígrafos</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>07</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recordar con la clase lo que se discutió en la sesión anterior, buscando fortalecer y crear espacio para nuevas contribuciones en relación a la forma de cómo están inseridos en el mundo y cómo está su relación con los demás. ¿Realmente respetamos unos a los otros y sus historias?</li> <li>• Preguntar a los estudiantes <b>qué entienden por historia</b>, escuchando las contribuciones.</li> <li>• Ayudar a definir diciendo que el conocimiento caracteriza a la construcción de la historia y que esto a su vez es el resultado de acciones en el tiempo.</li> <li>• Preguntar: <b>¿Y la memoria, que consideran que es?</b> Esperar contribuciones.</li> <li>• Resaltar que la memoria tiene relación afectiva y directa con un momento del pasado, es el fruto de los recuerdos personales e individuales.</li> <li>• Dar ejemplos claros de situaciones que se deriven de la historia y sean fruto de la memoria.</li> <li>• Dejar claro que lo que es la historia y la memoria varía de persona a persona, teniendo en cuenta la realidad, las experiencias y el tiempo de cada uno.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ejemplo: La muerte del músico Jaime Guardia en el año 2018 puede ser historia para algunos y la memoria a otros; la muerte del actor Roberto Gómez Bolaños, el gran Chaves (El Chavo del Ocho) en 2014; o la primera vez en que el hombre puso el pie en la superficie lunar el 20 de julio el 1969.</li></ul>
65'	<p><b>DESAROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Después de ese primer momento, orientar a los estudiantes a sentarse cómodamente, si posible en formato de círculo, cerrando los ojos y tratando de conectarse con sus recuerdos, sea reciente o no. Tratar de recordar situaciones que han marcado su trayectoria y han forjado la persona que ahora se han convertido. Poner una canción tranquila (Sugerencia: Mantras, música instrumental).</li><li>• Con los estudiantes todavía de ojos cerrados, distribuir una hoja de papel a cada uno.</li><li>• Al final de la música, pedirles que abran sus ojos lentamente y representen en el papel algunas de sus historias y recuerdos, eventos que ocurrieron a lo largo de sus vidas que dejaron marcas. Pueden registrarse a través de dibujos, frases, palabras, párrafos, de la forma que deseen.</li><li>• Dar espacio y tiempo para las construcciones y pedir que aquellos que se sienten a gusto y deseen, puedan compartir con la clase lo que construyeron (Estimular la participación de todos los estudiantes). Orientar que es tiempo de escucha –lo que requiere mucho respeto y atención. Si necesario, recordar el acuerdo de convivencia.</li><li>• OBS: Guardar las producciones de los estudiantes en los portafolios.</li></ul>
5'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Decir que nuestras historias y nuestras memorias son la base de lo que somos y de lo que seremos, pero no son determinantes. Estamos todo el tiempo nos reconstruyendo y en condiciones de escribir cada paso de nuestras vidas.</li><li>• Pedir a los estudiantes para formar un gran círculo y decir juntos, al unísono: <b>yo soy el autor de mi historia!</b></li><li>• Terminar enfatizando que la siguiente sesión explorará una de las principales características de Mowgli que se discutió anteriormente: la resiliencia.</li><li>• Lanzar un desafío: buscar el significado de la palabra resiliencia y traer en la siguiente sesión.</li></ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 08</b>	<b>TEMA</b>	<b>ENTENDIENDO LA RESILIENCIA</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Animar al grupo a entender el concepto de resiliencia en diferentes situaciones de la vida, asociándola con el fortalecimiento de la autoestima y la confianza en sí mismo.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento; perseverancia; trabajo en equipo; autoeficacia</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa / competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> <li>• Aprendizaje vivencial</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> <li>• Inter-aprendizaje</li> <li>• Aprendizaje cooperativo</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Pedagogía de la pregunta</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Introducir el tema de la clase, a través de un levantamiento de las percepciones de los estudiantes, utilizando imágenes que provoquen asociaciones con situaciones ya vividas; permitiendo a los estudiantes <i>comprender el concepto de Resiliencia por medio de una actividad práctica.</i>
	<b>DESARROLLO</b>	En la secuencia, y de modo complementario, promover una reflexión sobre la <i>importancia del desarrollo de la Resiliencia, como medio de alcanzar crecimiento y superación personal ante situaciones adversas.</i>
	<b>CIERRE</b>	En el desenlace de la sesión, provocar al grupo a identificar <i>cómo la Resiliencia puede ser puesta en práctica, en el día a día de los estudiantes y cuáles las consecuencias que el desarrollo de esta característica pueden aportar para sus vidas.</i>

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Lectura de imágenes</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Narraciones orales</li> <li>• Conocimientos autóctonos</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las imágenes adjuntas</li> <li>• Texto “Palomita o Piruá”</li> <li>• Texto Qué es la resiliencia y cómo conseguirla (material de apoyo al Profesor)</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 08</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
40'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuir algunas imágenes en el suelo (Anexo), pedir a los estudiantes que caminen y las observen.</li> <li>• Después de unos minutos pedir que vuelvan a sus asientos y lanzar la pregunta: lo que estas imágenes tienen en común? ¿Qué representan? ¿Notaron alguna similitud con el personaje Mowgli de la película?</li> <li>• Esperar las respuestas y completar diciendo que estas imágenes corresponden a una habilidad que todos tenemos: <b>LA RESILIENCIA</b>. (Véase el texto de apoyo al profesor).</li> <li>• Preguntar si alguien trajo la solicitud de significado de la palabra, hecha en la sesión anterior.</li> <li>• Luego, decir la definición: Físicamente la resiliencia es la capacidad de volver a su estado natural, especialmente después de alguna situación crítica e inusual. <i>En el campo de la psicología, la resiliencia es la capacidad de una persona para hacer frente a sus propios problemas, superar los obstáculos y no ceder. Trata de no sucumbir, transformando dificultad en una fortaleza.</i></li> <li>• Invitar a los estudiantes a participar en la actividad de <b>Papel Arrugado</b>:</li> <li>• Entregar una hoja de papel (o la mitad de la hoja) a cada estudiante y pedir que la arruguen lo más que puedan. Luego, pedir que la dejen como era antes, es decir las desamasen. Como serán incapaces de les restaurar completamente, solicitar a los estudiantes que hagan una reflexión relacionando sus vidas con el papel arrugado. Reflexionar sobre el hecho de que el papel puede ser recompuesto, pero no será el mismo, se quedan con las marcas.</li> <li>• A continuación, manteniendo el clima de tranquilidad (se puede usar una canción), solicitar que formen parejas y discutan sobre el siguiente tema: ¿Cómo las dificultades de la vida pueden hacernos más fuertes y ayudar a formar lo que realmente somos?</li> <li>• Decir que tendrán 5 minutos para compartir historias personales o de conocidos.</li> </ul>



40'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• En seguida, numerar los estudiantes de 1 a 4, pedirles que registren el número recibido. Al final, orientar que formen 4 grupos de acuerdo con el número recibido (los que han recibido el numero 1 forman el grupo 1 y así sucesivamente). Asegurarse que los grupos permanezcan equilibrados.</li><li>• Lanzar las preguntas: ¿ustedes saben lo que es Piruá? ¿Conocen a esa palabra? Tiene algo que ver con las palomitas de maíz? ¿Qué piensan?</li><li>• Hacer la lectura dialogada del texto “<b>¿palomitas o piruá?</b>”</li><li>• Al final de la lectura preguntar: ¿Lo que, en este texto, nos recuerda a una hoja de papel arrugado? ¿Sin haber sido calentado el maíz podría haber vuelto palomitas? ¿Es importante estar dispuesto a enfrentar las situaciones incluso cuando parecen imposibles? Y cuando superamos, ¿cómo nos sentimos?</li><li>• Informar a los estudiantes que responderán a estas preguntas en la forma de una producción artística.</li><li>• Entregar una cartulina para cada equipo y pedirles que representen, en forma de dibujos y frases, las respuestas a las preguntas anteriores, teniendo en cuenta que es la superación de obstáculos y enfrentando las situaciones adversas que crecemos como personas, más fuertes y con una mayor capacidad de ser resiliente.</li><li>• Pedir a los equipos que presenten sus producciones a la clase y decir que, al final, crearán un mural de la superación.</li></ul>
10'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Por último, pedir a diez estudiantes que respondan: <b>¿Cómo puedo ser más resiliente? ¿Cómo esto ayudará a mí / o mi fortalecerá?</b></li></ul>



# ANEXO

## SESIÓN 08

### IMÁGENES DE RESISTENCIA



## ANEXO

### SESIÓN 08

#### ¿Palomitas o “Piruá”?<sup>3</sup>



El maíz de palomitas que no pasa por el fuego sigue siendo maíz para siempre. Así sucede con nosotros.

Los grandes cambios ocurren cuando pasamos por el fuego. Quien no pasa por el fuego, queda de la misma manera la vida entera. Son personas de una uniformidad y dureza asombrosas. Sólo que ellas no perciben; y creen que su manera de ser es la mejor manera de ser. Pero, de repente, viene el fuego. El fuego es cuando la vida nos lanza a una situación que nunca imaginamos: el dolor.

Puede ser fuego externo: la pérdida de un amor, de un hijo, padre, madre, perder su trabajo o quedar enfermo. Puede ser fuego interno: el pánico, el miedo, la ansiedad, la depresión o dolor, cuyas las causas ignoramos. Hay siempre el recurso del remedio: apagar el fuego! Sin fuego el sufrimiento disminuye. Con ello, la posibilidad de la gran transformación también.

Imagino que la pobre palomita, cerrada dentro de la cacería, adentro cada vez más caliente, piensa que su hora ha llegado: va a morir. Dentro de su cáscara dura, cerrada en sí misma, no puede imaginar un destino diferente para sí. No se puede imaginar la transformación que se está preparando para ella. Las palomitas de maíz no pueden imaginar de lo que son capaces. Entonces, sin previo aviso, por el poder de fuego, la gran transformación sucede: BOOM!

Y ella aparece como otra cosa completamente diferente, algo que ella misma nunca había soñado. Bueno, pero todavía tenemos el piruá, que es el maíz de palomitas que se niega a estallar. Son como aquellas personas que, por más que el fuego calienta, se niegan a cambiar. Ellas creen que no puede existir cosa más maravillosa que su manera de ser. La presunción y el miedo son la dura corteza del maíz que no estalla. Sin embargo, su destino es triste, ya que quedarán duras toda la vida. No van a transformarse en la flor blanca, suave y nutritiva...

No van a dar alegría a nadie.

<sup>3</sup> Adaptado y traducido de Alves (11 de abril de 2013). La imagen también pertenece a este artículo.

## Texto de Apoyo al profesor

### QUÉ ES LA RESILIENCIA Y CÓMO CONSEGUIRLA<sup>4</sup>

La resiliencia puede parecer una palabra larga, difícil de pronunciar e incluso fea, pero su significado es clave para alcanzar la ansiada felicidad. Ser resiliente supone **salir fortalecido de las malas experiencias, crecerse en la adversidad, encontrar oportunidades donde otros sólo ven desdichas**. Y, por eso, la resiliencia es una cualidad imprescindible para tener una vida plena.

Resiliencia es un término que procede del latín y cuya raíz significa ‘saltar hacia atrás, rebotar’, es decir, volver a la normalidad. Según la Real Academia Española, resiliencia es la “capacidad de **adaptación** de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos”, lo que en psicología podemos traducir como la capacidad de amoldarse a las adversidades.

El concepto es relativamente novedoso. Fue la psicóloga norteamericana Emmy Werner la primera en mencionarlo en un estudio, allá por la década de los 70. Werner observó durante varios años a un grupo de niños desfavorecidos de la isla de Kauai, en Hawaii. Muchos tenían padres alcohólicos, o con enfermedades mentales, y todos vivían en situación de pobreza. Cuando alcanzaron la adolescencia, la mayoría de ellos desarrollaron comportamientos autodestructivos y se enfrentaron a problemas como el abuso de drogas, embarazos no deseados, desempleo... Únicamente un tercio de los jóvenes evitó este tipo de situaciones y llevó una vida más o menos exitosa, entendiendo por ‘exitosa’ la ausencia de situaciones traumáticas. Para Werner, este último grupo eran los resilientes.

#### Las personas resilientes no nacen, se hacen

A partir de entonces, mucho se ha estudiado y comentado sobre la resiliencia, y lo que de momento parece claro es que no se trata de una cualidad, sino de **un proceso**. Dicho de otro modo, las personas resilientes no nacen siéndolo ni se convierten en ellas de la noche a la mañana, sino que cuando se enfrentan a una experiencia negativa pasan por distintas etapas hasta salir fortalecidas.

Es decir, cualquiera puede iniciar y concluir con éxito un proceso resiliente. La American Psychological Association propone 10 sencillas técnicas para lograrlo:

**Cuidar las relaciones sociales**, no sólo porque las personas que nos rodean pueden sernos de gran ayuda incluso cuando creemos que no las necesitamos, sino también porque en las interacciones sociales reside la fórmula para ser feliz.

**Rechazar la existencia de problemas insuperables**. Cualquier situación, incluso

<sup>4</sup> Tomado de Varilux (s.f.).

la muerte de un ser querido, puede superarse. El dolor forma parte de nuestra vida y tenemos que ser capaces de convivir con él.

**Aceptar las circunstancias** que no podemos cambiar o, lo que es lo mismo, no pretender controlarlo todo. En otras palabras, ser flexible.

Fijarnos **objetivos realistas** y encaminar nuestros pasos a hacerlos realidad.

**Tomar decisiones.** Ante una mala experiencia, hay que evitar el bloqueo y actuar. El mundo sigue moviéndose, y nosotros con él. No dejar pasar la oportunidad de conocernos a nosotros mismos cuando nos enfrentamos a una pérdida. El **autoconocimiento** es indispensable para seguir adelante y salir fortalecido.

**Relativizar** las malas experiencias: el mundo es muy grande y las oportunidades son infinitas para bloquearnos ante un suceso negativo.

Cultivar el **pensamiento positivo**, mantener una actitud optimista ante la vida.

**Hacer ejercicio** con regularidad: mens sana in corpore sano.

### Vive el presente con una sonrisa

En términos generales, ser resiliente tiene mucho que ver con pensar en positivo. Ante una mala experiencia siempre tenemos dos opciones: caer derrotados y rendirnos, o levantarnos y salir fortalecidos. La resiliencia supone escoger la segunda opción.

Además de los 10 pasos de la American Psychological Association, estas otras técnicas también te ayudarán a sacar algo bueno incluso de las situaciones más negativas.

**Evita las personas tóxicas** y rodéate de gente positiva.

**Practica el mindfulness.** Las personas resilientes viven el presente, son conscientes de que el pasado ya se ha ido y no les asusta la incertidumbre del futuro. Tú también puedes aprender a apreciar ese presente que, según los expertos, apenas dura 4 segundos con estas sencillas técnicas de mindfulness. Afronta la adversidad con **humor**. No te puedes imaginar hasta dónde llega el **poder de una sonrisa**.

**Sé creativo.** Es la última etapa del proceso resiliente, cuando descubrimos el lado positivo de una mala situación, cuando encontramos la oportunidad que estábamos buscando o la solución que parecía imposible de hallar.

Y ahora, ¿no te sientes con más fuerzas para afrontar cualquier circunstancia?



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 09</b>	<b>TEMA</b>	<b>LA COMPRENSIÓN DE LAS EMOCIONES</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reflexionar con la clase sobre la importancia de conocer sus emociones y controlarlas, para así poder tomar mejores decisiones</li><li>• Intensificar la relación del estudiante consigo mismo y la visión que cada uno tiene de sí mismo</li></ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Autoconocimiento; trabajo en equipo; autorregulación</li></ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enfoque crítico / reflexivo</li><li>• Inteligencias múltiples</li></ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participativa</li><li>• Comunicativa</li><li>• Inter-aprendizaje</li><li>• Pedagogía de la pregunta</li></ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar la sesión promoviendo una reflexión sobre lo que fue vivido hasta entonces, enfatizando la <i>importancia del autoconocimiento, del establecimiento de reglas y del manejo de las emociones</i> como aspectos esenciales para una buena convivencia en grupo.</li> <li>• Abordar el concepto de “emoción” a partir de la comprensión que el grupo aporta, estimulando que identifiquen las que predominan actualmente en ellos.</li> </ul>
	<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A partir de la actividad de calentamiento, buscar profundizar ese concepto, discutiendo con el grupo la <i>diferencia entre emoción y sentimiento</i>. Promover <i>diálogos</i> sobre cómo las emociones se manifiestan.</li> </ul>
	<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al final, realizar un comparativo de cómo se sentían al principio y al final de la clase, identificando si hubo cambios y sus causas. Espera-se promover en el grupo la <i>continuidad de la escucha interna, como forma de autoconocimiento y auto fortalecimiento</i>.</li> </ul>

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos autóctonos</li> <li>• Lectura de imágenes</li> <li>• Narraciones orales</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo - Cuadro de las emociones</li> <li>• Anexo - Texto: ¿Cuál es la diferencia entre la emoción y el sentimiento?</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>09</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
35'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar a los estudiantes: ¿Qué les parece nuestro caminar hasta aquí? ¿Cómo está nuestro huerto? ¿Podemos mejorarlo? ¿Lo que destacarían como más importante? Oírlos rápidamente.</li> <li>• A continuación, recordar que <b>conocerse</b> es el punto de partida para un mayor <b>control</b> de su vida. Entenderse cómo individuo es fundamental para lograr una buena relación con los demás.</li> <li>• Reforzar que cuando interactuamos con los demás, a menudo no decimos directamente o, literalmente, lo que pensamos, y por una buena razón: estamos sujetos a las reglas de nuestra cultura, interactuando de una manera que respete los sentimientos y el espacio personal de las otras personas que interactúan con nosotros. Todas las personas son una rica mezcla de razón y emoción, aprender a controlar nuestro impulso no siempre es algo fácil, pero muy necesario.</li> <li>• Lanzar la pregunta: <b>¿ustedes han oído hablar de las emociones? ¿Que son las emociones?</b> Escuchar con atención a las contribuciones y luego pedirles ejemplos de emociones y escribir los en la pizarra (tormenta de ideas, escribir en la pizarra tantas emociones posibles)</li> <li>• Traer una definición de la palabra emoción: la agitación de los sentimientos; choque afectivo o moral. Es una sensación física y emocional causada por algún estímulo. (texto de apoyo para el profesor).</li> <li>• Luego, entregar a cada estudiante una imagen (Anexo I), pidiéndoles que piensen en cómo llegaron hoy a la clase, marcando la que está sintiendo en ese momento. Pedir que mantengan la imagen, pues la vamos a utilizar en el final de la sesión.</li> <li>• Luego preguntar: ¿Le resulta importante saber cómo controlar las emociones en diferentes situaciones de la vida? ¿Alguien logró controlar a sí mismo ante una situación extrema? ¿Cómo fue la experiencia? ¿Ayudó a resolver la situación? ¿Qué tiene esto que ver con la resiliencia?</li> </ul>
40'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de las respuestas, seguir preguntando si pueden decir la diferencia entre la <b>emoción</b> y el <b>sentimiento</b>.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Organizar la clase en grupos de 5 estudiantes, proponiendo una lectura dialógica del texto del Anexo II, <b>¿Cuál es la diferencia entre la emoción y el sentimiento?</b></li><li>• Cada grupo llevará a cabo al final de la lectura una discusión teniendo en cuenta los siguientes puntos:  ¿Cómo me siento delante las situaciones de estrés? ¿Lo que me causa alegría? ¿Lo que me deja triste?</li><li>• Pedir que los grupos presenten lo que ellos entendieron y lo que discutieron sobre los temas propuestos.</li><li>• OBS: Durante la lectura dialogada, el profesor debe tomar la delantera del proceso de lectura, lo que facilita la comprensión de los estudiantes, eligiendo los momentos en que indicará a los estudiantes a continuaren la lectura de donde se detuvo. Distribuir uniformemente la lectura y de acuerdo a la capacidad de lectura de cada estudiante.</li></ul>
15'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Retomar la imagen de las emociones, el anexo I. Pedir que piensen en cómo se sienten al final de la sesión, después de haber interactuado con colegas y hecho valiosos intercambios de conocimientos.</li><li>• Pedir que marquen el sentimiento que expresa cómo se sienten en ese momento.</li><li>• Escuchar a algunos estudiantes, reflexionando:  ¿Los que han cambiado, cambiaron por qué? ¿Algún de ustedes se quedó con la misma sensación inicial? ¿Ustedes creen que podemos cambiar la forma de reaccionar ante situaciones difíciles a lo largo de la vida?</li><li>• Concluir diciendo que las emociones actúan como una especie de depósito de influencias innatas y aprendidas y que todos nosotros podemos trabajar y desarrollar habilidades y capacidades en cualquier momento de nuestras vidas. Aprender a entenderlas y canalizarlas es una habilidad muy valiosa que podemos desarrollar.</li></ul>

# ANEXO

## SESIÓN 09



**Alegre**



**Entusiasmado**



**Confiante**



**Triste**



**Medroso**



**Avergonzado**



**Preocupado**



**Raivoso**



**Estresado**

## ANEXO

### SESIÓN 09

#### ¿Cuál es la diferencia entre la emoción y el sentimiento?<sup>5</sup>

Las emociones son respuestas neuronales a los estímulos externos, mientras que los sentimientos son respuestas a las emociones.

A pesar de que se ven generalmente como sinónimos, la emoción y el sentimiento son diferentes movimientos. En su libro E-mociones, Rodrigo Fonseca, un experto en Inteligencia Emocional, explica que *“la palabra emoción proviene del latín emovere. La ‘e’ significa ‘energía’ y ‘Movere’ movimiento. Es decir, cada emoción, que normalmente percibimos y utilizamos de una manera negativa, existe para ayudar a mover nuestra vida, **cambiar** lo que no es bueno o no balanceado. Y si no movemos todas estas energías a fuera, ellas terminan causando enfermedades o el dolor en nosotros.”*

Una emoción es un conjunto de respuestas químicas y neuronales basadas en memorias emocionales, y surgen cuando el cerebro recibe un estímulo externo. El sentimiento, a su vez, es una respuesta a la emoción y se relaciona con la forma en que una persona siente frente a esa emoción.

#### Relación entre las emociones y sentimientos

Puesto que son las emociones que dan lugar a sentimientos, estos dos tipos de reacciones son totalmente interrelacionadas. Así como una emoción despierta una sensación, un sentimiento es capaz de generar más emociones de la misma especie.

Ser consciente de cómo uno reacciona y siente ante todas las emociones, por lo tanto, es importante para recuperarse de una emoción o sentimiento negativo. Este proceso es fundamental para mantener el equilibrio emocional. Las emociones son reacciones inconscientes, mientras que los sentimientos son una especie de juicio sobre esas emociones.

Imagine una situación en la que un animal salvaje comienza a te perseguir. Antes de cualquier otra cosa, incluso la conciencia, surge el miedo (que es una emoción). Poco después, uno tiene la conciencia de sus sentimientos. Y ahí es cuando te das cuenta de que estás asustado y con miedo.

#### De donde emergen las emociones y sentimientos

El primer contacto con las emociones y sentimientos ocurre ya en la vida intrauterina. Está científicamente demostrado que las emociones y los

<sup>5</sup> Adaptado de Fonseca (14 de febrero de 2017).



sentimientos de los padres se transfieren al bebé durante el embarazo: todo el miedo, la tristeza, la ira, la alegría, el amor y la culpa que sienten los padres, se sentirán también por el bebé

A partir de esas experiencias y hasta los siete años de edad, el individuo desarrolla sus programas emocionales. Es en ese período que registra e interpreta todas las emociones y experiencias de acuerdo con sus sentimientos, transformando sus interpretaciones en patrones emocionales y comportamentales que pueden reflejar por toda la vida.

**Desarrolle su inteligencia emocional**

Las emociones como el miedo, la ira, la tristeza y la alegría son parte del desarrollo y directamente contribuyen a la supervivencia de los seres humanos. Cuando se manejan adecuadamente, servirán para promover y proteger a la persona de diversas situaciones de la vida cotidiana.

Todos los seres humanos tienen la oportunidad de mejorar y desarrollar sus emociones. La inteligencia emocional puede ser desarrollada, entrenada y mejorada a través de la construcción de nuevos hábitos, de nuevas formas de pensar y de actuar.





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 10</b>	TEMA	<b>CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intensificar la relación del estudiante consigo mismo y la visión que cada uno tiene de sí.</li> <li>• Contribuir con el desarrollo del autoconocimiento en los estudiantes</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento; autoimagen</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Pedagogía activa / competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicativa</li> <li>• Inter-aprendizaje</li> <li>• Participativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Dar continuidad al proceso de descubrimiento de sí proporcionando un momento de <i>relajación y contacto interno</i> .
	DESARROLLO	A continuación, con todos en introspección, <i>los estimular a proyectarse</i> , a través de un personaje, teniendo en cuenta aspectos relacionados con la razón y la emoción.
	CIERRE	Concluir reforzando lo cuanto son preciosos estos momentos para el grupo, destacando <i>la importancia de cada uno</i> , con sus particularidades, para la construcción del todo.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de escritura</li> <li>• Conocimientos autóctonos</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kit multimedia</li> <li>• Productos de papel / lápiz / lápices de colores / hojas A4 de papel</li> <li>• Sugerencia de música calma: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SJww4kcJas4">https://www.youtube.com/watch?v=SJww4kcJas4</a></li> <li>• imagen de personaje</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 10</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
5'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Poner una música instrumental con el objetivo de calmar la mente, promoviendo un clima introspectivo y de relajamiento. Pedir a los estudiantes que cierren los ojos y sientan la música.</li> <li>• Mientras están con los ojos cerrados, explicar que en esta sesión, van a continuar el proceso de descubrimiento de sus emociones, añadiendo también otros aspectos como los valores y actitudes. A continuación, dejar una hoja en blanco delante de cada uno.</li> </ul>
40'	<p><b>DESARROLLO I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitar a la actividad: <b>Creación de un personaje</b></li> <li>• Pedir que abran los ojos y dibujen en la hoja una figura humana. Se puede dar un nombre y colorearlo si así lo desean.</li> <li>• En seguida, proyectar la imagen del personaje (anexo) y pedirles que respondan por escrito a las solicitudes que se les presentan descritas a continuación*</li> </ul>



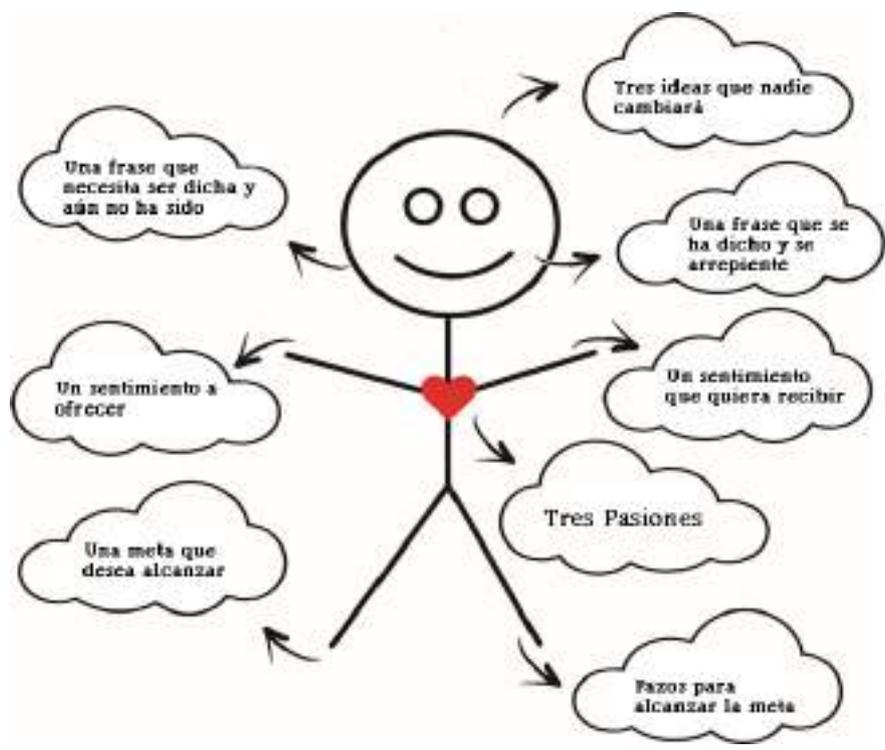


	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Saliendo de la cabeza del personaje, hacer un globo con tres ideas que nadie va a cambiar; (Anexo - imagen del personaje)</li><li>2. Saliendo de la boca, hacer un globo con una frase que ha dicho y que se arrepintió y otra frase que hay que decir y todavía no lo hizo;</li><li>3. Saliendo del corazón, dibujar una flecha que indica tres pasiones que no se extinguirán. Llamar la atención del grupo al hecho de que el objeto de la pasión no tiene que ser alguien y que puede ser de una idea, una actividad, etc.</li><li>4. Saliendo de la mano derecha, escribir un sentimiento que tiene para ofrecer;</li><li>5. Saliendo de la mano izquierda del personaje, escribir algo que tiene la necesidad de recibir;</li><li>6. Saliendo del pie derecho, escribir una meta que quiere lograr;</li><li>7. Saliendo del pie izquierdo, escribir los pasos que se deben tomar para lograr este objetivo.</li></ol> <p>* Adaptado de Serrão y Baleeiro (1999, p. 70).</p>
40'	<b>DESARROLLO II</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pedir a los estudiantes que se sienten en formato de círculo y pónganse en contacto con sus producciones.</li><li>• Presentación de los personajes:</li><li>• Invitar aquellos que deseen a presentar su autorretrato. No forzar a nadie a hablar. Sin embargo, es importante animar a todos los estudiantes a compartir sus personajes.</li></ul>
5'	<b>DESARROLLO II</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Al final, fijar una cartulina a la pared escrita "Mural de nuestra clase", y pedir a los estudiantes para fijar sus caracteres formando la imagen de la clase, que simboliza la unión de los diferentes.</li></ul>



# ANEXO

## SESIÓN 10





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 11</b>	TEMA	<b>AUTOESTIMA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender el concepto de autoestima.</li> <li>• Posibilitar una reflexión con los estudiantes sobre la visión que cada uno tiene de si mismo.</li> <li>• Asociar el autoconocimiento, la estima y la autoimagen en la construcción de la identidad.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Autorregulación</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje vivencial</li> <li>• Pedagogía activa</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/Comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Discutir con el grupo sobre el concepto de “autoestima” y reflexionar sobre los comportamientos relacionados con la “autoestima adecuada” y “baja autoestima”.
	DESARROLLO	Provocar el grupo para evaluar cómo está su autoestima y cómo pueden cambiar positivamente su visión de sí mismos.
	CIERRE	Fortalecer la autoestima de los estudiantes, desde la mirada del otro.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Narraciones orales</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas de la Autoestima</li> <li>• Cinta pegante</li> <li>• Texto: “Ser lo que se é”</li> <li>• Papel en blanco</li> <li>• Material para dibujar y colorir</li> <li>• Música animada</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>11</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a la clase y pedirles que se acomoden formando un círculo.</li> <li>• Preguntar a los estudiantes: ¿Qué significa la autoestima para usted? (Fomentar una tormenta de ideas).</li> <li>• Después de las contribuciones, compartir con el grupo que la “Autoestima” está relacionada a <i>“la evaluación que uno hace de si mismo, que implica creencias, emociones y la conducta. Es la capacidad de la persona en respetarse, confiar y gustarse”</i>.<sup>6</sup></li> <li>• Dividir la pizarra en dos partes: por un lado en la parte superior escribir “AUTOESTIMA ADECUADA” y el otro lado “BAJA AUTOESTIMA”.</li> <li>• Luego, distribuir las “Tarjetas de la autoestima” (anexo) por el piso de la clase.</li> </ul>

**ANEXO**

<sup>6</sup> Adaptado de Lopes Dantas (s.f.).

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir a los estudiantes que miren a las Tarjetas e identifiquen cuáles representan una “autoestima adecuada”, y las que representan una “baja autoestima”. A continuación, pedir a los voluntarios que peguen las Tarjetas en los espacios adecuados fijados en la pizarra.</li> </ul> <p><b>Observación:</b> No es necesario profundizar en el tema, en este momento. Informar que volverán a este cuadro después.</p>
40'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacer una lectura colectiva del texto “Sé lo que eres” (Anexo) con los estudiantes.</li> <li>• Después de la lectura, pedir a voluntarios que comenten sobre lo que les llamó más atención en el texto.</li> <li>• Preguntar: ¿qué pasaría si todas las plantas del mundo fueran iguales? Y si todos fuéramos iguales, ¿Cómo sería? (Esperar contribuciones).</li> <li>• Recordar que a principio del año, hemos visto que un huerto se compone de diferentes plantas, y cada una, con sus características individuales, son necesarias para que el huerto desarrolle, florezca y fructifique. Lo mismo sucede con las personas. Cada uno de nosotros es único, con defectos y cualidades, pero que son esenciales para el fortalecimiento y desarrollo de nuestro huerto.</li> <li>• Señalar que a menudo nuestra autoestima es destrozada porque no encajamos en un patrón que se considera el “ideal” y por lo tanto, dejamos de ver y apreciar lo que tenemos de bueno.</li> <li>• Después de la reflexión sobre el texto, volver al cuadro con las “Tarjetas de la autoestima” y preguntar:             <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Desean mantener el cuadro de la manera que está? ¿O alguna tarjeta debe cambiarse de lado?</li> <li>¿Vosotros se identifican con alguna Tarjeta? ¿Cuál o cuáles?</li> <li>¿Cuál es la visión que vosotros tienen de sí mismos? ¿Es una visión positiva o negativa?</li> <li>¿Es posible cambiar la visión que tenemos de nosotros mismos? ¿Cómo?</li> </ul> </li> <li>• Por último, señalar que sí podemos modificar la visión que tenemos de nosotros mismos. Los pensamientos, creencias y valores personales mueven nuestro comportamiento. Las creencias se aprenden, adquieren y se pueden modificar.</li> <li>• Finalizar la actividad cuestionando: ¿y la manera que los otros nos ven, interfiere en nuestra autoestima? (Fomentar contribuciones).</li> </ul>
30'	<p><b>CIERRE</b></p> <p>Actividad: Mis fortalezas</p>





- Invitar al grupo para formar un círculo grande (de pie) en el centro de la clase y preguntar: ¿Qué se entiende por “hablar por la espalda”?
- Explicar que ahora van a hablar el uno al otro en la espalda, pero de una manera un poco diferente.
- Entregar a cada estudiante media hoja de papel en blanco, un pedazo de cinta masking tape y un marcador.
- Pedir que peguen el papel en sus espaldas con la ayuda de un colega.
- Poner una música alegre y pedirles que circulen por la clase y registren en las espaldas de los compañeros una característica positiva que se destaca en esa persona sin que ella vea o sepa.
- Luego, de vuelta al círculo, solicitar que retiren el papel de sus espaldas y comenten sus impresiones sobre los registros de los compañeros.
- Al final, pedir a voluntarios que comenten cómo estaba su autoestima cuando llegaron y cómo está ahora en el final de la sesión.





## **ANEXO**

### **SESIÓN 11**

Tarjetas de la AUTOESTIMA

**NO TODO TIENE QUE SER  
PERFECTO. LO  
IMPORTANTE ES SIEMPRE  
MEJORAR!**

**PARA MI, 99% ES UN  
FRACASO.**





**ESTOY DISPUESTO A  
AGUANTAR DE TODO POR  
EL BIEN DE LA RELACIÓN**

**GRATITUD POR LOS  
ELOGIOS: “GRACIAS,  
BUENO SABER QUE  
PIENSAS ESO DE MI”.**

**DENEGAR ELOGIOS:”  
USTED SOLO QUIERE  
PILLARME, ¿PUEDES  
PARAR CON ESO?”**



**RESPONSABILIDAD:  
DECIDO TODO SOLO(A) Y  
ES MI RESPONSABILIDAD.**

**“LO HAGO O NO?” NO  
CONSIGO DECIDIR NADA  
SIN LA OPINIÓN DE LOS  
DEMÁS.**

**LA RELACIÓN DEBE SER  
BUENA. NO SOPORTO LO  
QUE NO ME AGRADA.**



**NO IMPORTA LO QUE VAN  
PENSAR, HAGO LO QUE ME  
PARECE CORRECTO.**

**¿Y CASO UNO ME  
COMPRENDA MAL Y ME  
JUZGUE?**

**QUIERO ESTAR BIEN  
CONMIGO MISMO(A). USO  
LA ROPA QUE QUIERO.**



**NO TENGO ENVIDIA DE  
NADIE, HAGO MI PROPIO  
CAMINO.**

**LOS DEMÁS TIENEN MAS  
SUERTE QUE YO.**

**TODOS ESTÁ MAL!**

**SOY POSITIVO(A) Y EL  
MUNDO RESPONDE DE LA  
MISMA MANERA.**



**QUIERO AGRADAR A  
TODOS.**

**PUEDO DECIR “NO” SIN  
SENTIRME CULPADO(A).**

**NO CONSIGO DECIR “NO”.**



## SESIÓN 11

### Texto: SER LO QUE ES

He oído que un día un rey se fue a su jardín y descubrió árboles, arbustos y flores secando, muriendo.

Triste, el rey volvió al arce y le preguntó lo que estaba pasando:

- "Ah, Majestad, me muero porque no puedo ser tan alto como el pino", dijo.

El rey escuchó después el pino que le dijo:

- "Ah, Majestad, me muero porque me di cuenta de que no estoy en condiciones de dar uvas como la parra"

Escuchando la parra, el rey oyó:

- "Ah, Majestad, me muero porque no puedo florecer como la rosa." El rey siguió caminando hasta que encontró una flor, el amor perfecto, florando. Cuando le preguntaba sobre su belleza, el rey oyó:

- "Ah, señor, si usted plantó un amor perfecto es porque quería que fuera un amor perfecto. Entonces en vez de conseguir que me comparen con otras plantas alrededor de mí, pensé, ya que no puedo ser alguien que no sea yo, voy a tratar de ser así de la mejor forma posible. Por lo tanto, me relajé y me di cuenta que podía contribuir solo con la existencia de mi sencilla fragancia".

El amor perfecto nos enseñó que "todos somos igualmente necesarios, cada uno en su lugar."

Rajneesh

### CONCEPTO DE AUTOESTIMA:

*"La autoestima es la evaluación que la persona hace de sí misma, involucrando creencias, emociones y comportamiento. Es la capacidad que la persona tiene de respetarse, confiar y gustarle".<sup>7</sup>*

<sup>7</sup> Adaptado de Lopes Dantas (s.f.).



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 12</b>	TEMA	<b>MI VERDADERO VALOR</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posibilitar a los estudiantes una reflexión sobre su valor, su importancia para los demás componentes del grupo y para sí mismo.</li> <li>• Estimular el aprendizaje cooperativo, con enfoque en la interdependencia positiva, responsabilidad individual e interacción cara a cara.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Autorregulación</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje vivencial/ decisonal</li> <li>• Pedagogía activa / competencias</li> <li>• Inteligencias múltiples</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ comunicativa</li> <li>• Interaprendizaje</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Provocar una reflexión en los estudiantes sobre el auto-conocimiento, a través de sus posicionamientos acerca de situaciones con las cuales se identifican o no.</li> <li>• Animar al grupo a una mayor conciencia de sus afinidades.</li> </ul>
	DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover una mayor integración en el grupo, a través del intercambio de características personales, gustos, aficiones, etc.</li> </ul>
	CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecer con el grupo la importancia del “autoconocimiento” como un medio para superar los obstáculos de la vida.</li> </ul>



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura de Imágenes</li> <li>• Dinámica de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caja del autoconocimiento</li> <li>• imágenes</li> <li>• Tarjetas con las frases: “Ese soy yo”; “No hay nada que ver conmigo”; “Casi ahí”</li> <li>• Instrumental “Mi perfil”</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 12</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
30'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de iniciar la sesión, pegar en la pizarra la frase abajo y pedir a los estudiantes que la comenten:</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>“Es necesario salir de la isla para ver la isla. No nos vemos sí no salimos de nosotros.”</b> José Saramago</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar:</li> </ul> <p>¿Cómo está vuestro autoconocimiento?          ¿Alguna vez han pensado sobre ello?          ¿Es importante para nosotros conocernos? ¿Por qué?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Destacar que es este tema que será discutido en la clase de hoy.</li> </ul> <p>Actividad: <b>La caja del Autoconocimiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar con antelación la clase, organizando las sillas en círculo y colgaren diferentes paredes, tres Tarjetas con las siguientes palabras: “Ese soy yo”; “No hay nada que ver conmigo”; “Casi ahí” (que se adjunta).</li> <li>• Dirigirse a la clase con las siguientes preguntas:</li> </ul>



	<p>¿Lo que es autoconocimiento?          ¿A quién le gustaría conocerse un poco más?          ¿Es importante conocerse? ¿Por qué?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de la discusión, pedir a los estudiantes a ponerse de pie y observar las frases fijadas en las paredes.</li> <li>• Presentar la “caja del conocimiento” a la clase e informar que dentro de ella hay algunas imágenes (que se adjunta) que representan algunas situaciones que causarán un ejercicio de autoconocimiento.</li> <li>• Abrir la caja y presentar la primera imagen a la clase, pidiendo a los estudiantes para posicionasen frente a la frase que mejor lo representa.</li> <li>• Poner fin a la actividad después de la visualización de todas las imágenes y realizar con la clase la siguiente reflexión:</li> </ul> <p>¿Cómo se sintieron?          ¿Se descubrió algo durante el proceso de posicionarse delante de las imágenes?          ¿Cómo fue para usted saber que otras personas tienen la misma opinión / posición de que la suya?          ¿Estamos acostumbrados a vivir aislados en pequeñas cajas, o nos reconocemos abiertos a los diversos tipos de conocimientos y situaciones?</p>
50'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuir el instrumental “Mi Perfil” (anexo y en cuaderno del estudiante) y solicitar a los estudiantes que lo rellene individualmente.</li> <li>• En seguida, dividir la clase en parejas para que hablen de sus respuestas.</li> <li>• A continuación, cada estudiante debe presentar el instrumental de su pareja para la clase.</li> </ul>
10'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exponer una de las siguiente frase en la pizarra y solicitar voluntarios para comentar:</li> </ul> <p>“Cuanto más conozco mis fuerzas, menos me temo los obstáculos de la vida”(autor desconocido).          “No vemos las cosas como son. Vemos las cosas como somos” (Anais Nin)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por último, señalar que el autoconocimiento es esencial para nuestro desarrollo en todas las áreas de nuestras vidas. Tener una visión más clara de nosotros mismos nos ayuda a percibir un camino a recorrer, llevándonos a sernos personas mejores y más equilibradas.</li> </ul>





**ANEXO**

**SESIÓN 12**

**NO HAY NADA QUE VER  
CONMIGO**

**ESE SOY YO**

**CASI AHÍ**





## ANEXO

## SESIÓN 12

### IMÁGENES: LA CAJA DEL AUTOCONOCIMIENTO

















# ANEXO

## SESIÓN 12

### “MI PERFIL - ¿QUIEN SOY YO?”

PEGUE AQUÍ  
SU FOTO

NOMBRE COMPLETO:

---

---

APELLIDO:

---

SIGNO: \_\_\_\_\_

EQUIPO DEL CORAZÓN:

---

---

EDAD:

---

UN GRUPO MUSICAL:

---

---

NACIÓ EN:

---

---

¿VILLANO O HÉROE?

---

---

ACCESO INTERNET PARA:

---

---

MEJOR AMIGO(A)

---

---

RED SOCIAL PREDILETA:

---

---

COLOR PREDILETO:

---

---

UNA CANCIÓN:

---

---

¿PLAYA O PISCINA

---

---

ME ORGULLO DE:

---

---





LECTURA QUE MÁS ME GUSTÓ:

---

---

ME GUSTA MUCHO:

---

---

¿CUÁL ES SU TRUCO INFALIBLE?

---

---

---

---

SOY FELIZ PORQUE:

---

---

---

---





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 14</b>	TEMA	<b>LO QUE QUEDÓ DE BUENO Y DE MALO</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posibilitar a los estudiantes una reflexión acerca de autoconocimiento, su valor, lo que quedó de bueno y de malo y la importancia de contar consigo mismo.</li> <li>• Fortalecer la autogestión, al mismo tiempo en que profundizase la resiliencia y la perseverancia</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Autoeficacia</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexivo</li> <li>• Aprendizaje vivencial/decisional</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Hacer una introducción al tema que se va a trabajar en clase, a partir de un levantamiento de los conocimientos previos de los estudiantes.
	DESARROLLO	Estimular la reflexión en los estudiantes sobre los aspectos positivos que reconocen en sus vidas y aquellos que no son buenos pero pueden/ deben ser mejorados.
	CIERRE	Promover un momento simbólico de desprendimiento a los aspectos negativos identificados en la actividad anterior.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Símbolo Yin Yang.</li> <li>• Copias do símbolo Yin Yang</li> <li>• Bolsa de plástico</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>14</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
10'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar fijando en la pizarra el imagen del símbolo de Yin Yang (Anexo) y preguntar:</li> </ul> <p>¿Alguien ha visto esta imagen antes? ¿Saben lo que significa?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de contribuciones, decir que el <b>Yin Yang</b> es un principio de la filosofía China, donde el yin y el yang son dos energías opuestas. Entre los numerosos significados, decir que el Yin significa oscuridad, representada por el lado oscuro, y la luz es Yang, representada por el lado blanco. Para ellos, el mundo se compone de fuerzas opuestas y encontrar el equilibrio entre ellos es esencial.</li> <li>• Preguntar: ¿Conocéís algún símbolo peruano que tiene un significado similar al de Yin Yang? ¿Cuál? (Hacer paralelo entre los símbolos mostrados por los estudiantes y del Yin Yang).</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitar a los estudiantes a pensar acerca de cómo está este equilibrio en sus vidas.</li> <li>• Al sonido de una canción tranquila distribuir el instrumental Yin Yang (Anexo) para todos y pedirles que escriban en los respectivos espacios los <b>puntos que se deben mejorar</b> en sus vidas (Yin) y los <b>puntos positivos</b> (Yang) que identifican en sí mismos.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Al final, preguntar: ¿Ustedes ya habían pensado sobre estos puntos? ¿Fue fácil identificar los aspectos positivos? ¿Y los puntos que se deben mejorar? ¿Lo que se necesita hacer para que los puntos que no son buenos mejoren? ¿Y los aspectos positivos, como se desarrollaron? ¿También son percibidos por los demás?</li><li>• Pedir que algunos estudiantes que se sientan cómodos socialicen con el grupo lo que escribieron.</li></ul>
20'	<p>CIERRE</p> <p>Actividad: <b>No pertenece más a mí ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De pie en círculo, pedir a los estudiantes que piensen en los sentimientos, actitudes negativas/malas que identificaron en la actividad anterior (ira, miedo, estancamiento, resentimiento, culpa, etc.) y no quieren tener más en sus vidas.</li><li>• En el centro del círculo, poner un bote de basura o una bolsa de basura.</li><li>• Explicar que cada estudiante debe repetir la frase: <b>“A partir de hoy, no pertenece más a mí...”</b> “y completar con lo que eligió, que no quieren más en sus vidas, haciendo un gesto como que tirando a la basura. Es importante tener en cuenta que los estudiantes no necesitan contar ninguna historia, pero hablar de los sentimientos negativos que desean excluir de sus vidas.</li><li>• Después de las contribuciones de todos, cerrar con un nudo la bolsa de basura que simboliza todo lo que se desecha y que no volverá.</li><li>• Cerrar la actividad recordando que sólo usted puede hacer sus opciones y decidir lo que permanece en su vida.</li><li>• Poner fin a la actividad con un abrazo colectivo.</li></ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 14</b>	TEMA	<b>LÍNEA DE LA VIDA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover una reflexión sobre los hechos positivos y negativos que ocurrieron a lo largo de sus vidas y la importancia de cultivar buenos sentimientos, liberándose de cargas negativas.</li> <li>• Fortalecer la autogestión, al mismo tiempo en que profundizase la resiliencia y la perseverancia</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Asertividad</li> <li>• Perseverancia</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Aprendizaje vivencial</li> <li>• Inteligencia múltiple</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular una reflexión sobre los momentos más importantes que los estudiantes han experimentado en sus trayectorias de vida.</li> </ul>
	<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Animar a los estudiantes a rescataren y registraren estos momentos decisivos, teniendo en cuenta los buenos momentos, los malos y la gente que los compartieron, como caminos que los llevaron a ser lo que son hoy.</li> <li>• Seguir trabajando el autoconocimiento y resiliencia como competencias clave para entender el presente y construir el futuro.</li> </ul>
	<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una breve reflexión sobre los sentimientos que surgieron en la clase de hoy.</li> </ul>

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música instrumental</li> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Lana de colores</li> <li>• Lápiz de color</li> <li>• Revistas</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Pegamento</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>14</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
15'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir a todos que siéntense en el suelo, formando un gran círculo. Disminuir la luz y poner una música suave instrumental.</li> <li>• Orientar a todos cierren los ojos y concéntrense en la música.</li> <li>• Pedir que reflexionen sobre los sentimientos despertados en las experiencias de las últimas sesiones (autoconocimiento/autoestima).</li> <li>• A continuación, solicitar que amplíen esta reflexión, rescatando los momentos más importantes de sus vidas y provocar: "¿Te has parado a pensar que si todo hubiese funcionado, usted podría no ser usted?"</li> <li>• Abrir para comentarios.</li> <li>• Reflexionar con la clase: todos tenemos una <b>línea de vida</b> personal y que se compone de los acontecimientos que nos traen alegría y buenos recuerdos, pero también de situaciones malas y que nos hacen buscar nuevos caminos, y estas situaciones son responsables en la definición de quién somos hoy.</li> <li>• A continuación, informar a los estudiantes que hoy van a construir su <b>línea de vida</b>.</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <p><b>Actividad: Mi línea de vida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar a la clase que la línea de vida se caracteriza, en general, por la organización cronológica de determinados hechos o acontecimientos significativos que experimentamos.</li> <li>• Distribuir una hoja de papel en blanco y disponer diferentes piezas coloridas de lana.</li> <li>• Pedir que elijan el color que mejor representa su trayectoria personal.</li> <li>• Destacar que esta será su línea de vida! Se debe pegar la lana de un extremo a otro de la hoja de papel y puede ser una recta, curva, inclinada...Deben incluir sus logros, sus emociones y sentimientos.</li> <li>• Pedir que pongan debajo de la línea los momentos y sensaciones impactantes y en la parte superior, las personas con las cuales compartieron estos momentos.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dejar otros materiales disponibles para los estudiantes personalizar en sus producciones (lápiz de color, revistas, tijeras, pegamento, etc.)</li><li>• Cuando hayan terminado, pedir a cada estudiante para poner su línea de vida por delante de sí, tratando de entenderla, recordando toda su historia de vida.</li><li>• Solicitar que cada estudiante individualmente, comparta su línea de vida con el grupo.</li><li>• Por fin, destacar que sus “líneas de vida” les permiten ver más claramente el pasado con el fin de entender mejor el presente y ayudar en la construcción del futuro.</li><li>• <b>OBS: Orientar que en cuaderno del estudiante hay un espacio para guardar su línea de la vida.</b></li></ul>
15'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Solicitar voluntarios para comentar:</b></li></ul> <p>¿Ya habían parado para pensar en los caminos que recorrieron hasta aquí? ¿Qué sentimientos despertaron al realizar este rescate de su historia?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Finalizar diciendo que durante toda la vida, experimentamos cosas buenas y malas, y ambas son clave para nuestro crecimiento y evolución. Sabiendo deshacerse de cargas negativas y valorar el aprendizaje y momentos felices es esencial para una vida emocionalmente saludable.</li></ul>



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 15</b>	<b>TEMA</b>	<b>CONTROL EMOCIONAL</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajar con el grupo las distintas posibilidades de convivir con sentimientos y situaciones.</li> <li>• Trabajar la forma de relacionarse con el otro delante de dificultades.</li> <li>• Ejercitar la mediación de conflictos y superación de desafíos.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asertividad</li> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Apertura a la experiencia</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Aprendizaje vivencial</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Hacer una introducción al tema de la lección de los conocimientos previos de los estudiantes sobre el tema (tormenta de ideas).
	<b>DESARROLLO</b>	Replantear, con los estudiantes, las situaciones negativas experimentadas por ellos sobre una base diaria.
	<b>CIERRE</b>	Reflexionar sobre el poder de la palabra hablada y la importancia de la empatía y control emocional para mejorar las relaciones.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de escritura</li> <li>• Dinámicas de grupos</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel</li> <li>• Lápiz</li> <li>• Música tranquila</li> <li>• Cartulinas con frases</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 15</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
-------------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
10'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escribir la palabra “conflicto” en la pizarra y preguntar a la clase: ¿Qué significa “conflicto”? ¿Lo que viene a la mente cuando escuchas la palabra “conflicto”?</li> <li>• A medida que los estudiantes traen los significados de “conflicto”, registrar en la pizarra.</li> <li>• Por último, definir “conflicto” como una “controversia o desacuerdo entre dos o más personas.”</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <p>Experiencia: <b>Elija cuidadosamente sus palabras<sup>8</sup></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar el grupo en círculo y pedir que formen parejas.</li> <li>• Dar a cada pareja una hoja de papel, lápiz y pedir que hagan una lista de todas las frases que a menudo escuchan en su día a día, que consideran agresivos, ofensivos o que causan malestar a ellos.</li> </ul>

**ANEXO**

<sup>8</sup> Serrão y Baleeiro (1999).





	<ul style="list-style-type: none"><li>• A continuación, pedir a cada pareja para elegir la frase más fuerte entre la lista.</li><li>• Cuando todas las parejas han elegido su frase, pedirles que críen una manera clara y suave de decir la misma cosa.</li><li>• Cada pareja debe leer al grupo la sentencia original y la frase “transformada”.</li><li>• Después que todos hayan presentado, animar al grupo a reflexionar y comentar las diferencias entre las frases originales y las transformadas y los sentimientos generados por ellas.</li><li>• Complementar diciendo que en esta actividad compartimos frases agresivas que oímos, pero a menudo estamos en “el otro lado”, emitiendo frases similares.</li><li>• Fortalecer con el grupo que es posible no estar de acuerdo con el otro y todavía referirse a él con amabilidad y respeto, sin ofender, juzgar, evaluar o criticar sus acciones o su camino.</li></ul>
20'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Exhibir cartones con las frases abajo por la clase (o imprimir las imágenes adjuntas agrandados), al sonido de una música tranquila, pedir a los estudiantes a circular, observando los mensajes.</li><li>• Frases: <i>“10% de los conflictos son causados por la diferencia de opinión, el 90% se debe al mal tono de la voz”(SeeMariz).</i> <i>“Si se pudiera comer sus propias palabras, su alma se nutriría o envenenaría?”(J. Bessa).</i> <i>“Entre lo que pienso, lo que quiero decir, lo que yo creo decir, lo que digo, lo que quieres oír, lo que oís, lo que usted cree entender, lo que quiere entender y lo que entiende, hay nueve posibilidades de no entender “(autor desconocido).</i></li><li>• Orientar que posiciónense delante del que más los llamó atención.</li><li>• A continuación, pedir a voluntarios que comenten sobre la relación de la frase con lo que ha sido visto en la clase de hoy.</li><li>• Concluir llamando la atención para la cuestión que muchos conflictos surgen de las palabras pronunciadas por impulso, sin pensar en las consecuencias y en el calor de la emoción ... sin duda, al elegir cuidadosamente nuestras palabras, podemos controlar nuestras emociones y sobre todo practicar la empatía, viviendo y conviviendo mejor.</li></ul>

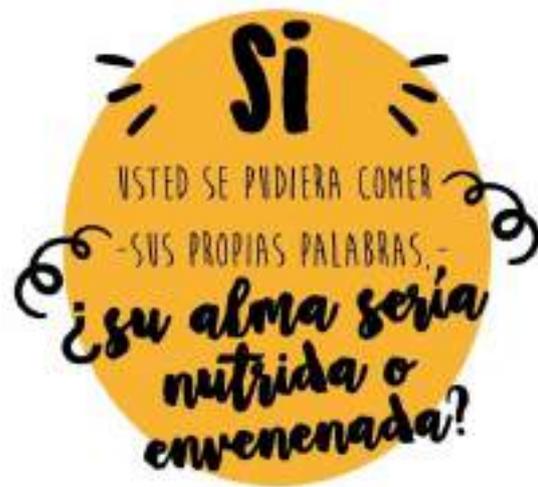


## ANEXO

### SESIÓN 15

#### EXHIBICIONES

EL 10% DE LOS CONFLICTOS  
SE DEBE A UNA DIFERENCIA  
DE OPINIÓN Y EL 90% A UN  
TONO DE VOZ EQUIVOCADO  
-VEA MARIZ-



Entre lo que pienso,  
Lo que quiero decir,  
Lo que creo decir,  
Lo que digo,  
Lo que quieres oír,  
Lo que oyes,  
Lo que crees entender,  
Lo que quieres entender,  
Lo que entiendes,  
Existen nueve posibilidades  
de no entenderse.





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 16</b>	<b>TEMA</b>	<b>DESARROLLANDO LA AUTOEFICACIA</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollar el sentido de capacidad y confianza en sí mismo.</li> <li>• Ejercitar la autoeficacia: hacer que el grupo identifique sus habilidades y las practique</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Autoeficacia.</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía Activa/reflexiva</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/Comunicativa</li> <li>• Pedagogía de la Pregunta</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Introducir el tema a través de la actividad práctica, vinculándola con la lección anterior.
	<b>DESARROLLO</b>	Animar a los estudiantes a reflexionar sobre sus límites / bloqueos en el desarrollo de la autoeficacia.
	<b>CIERRE</b>	Reflexión individual sobre cómo se está desarrollando su autoeficacia y promover el intercambio entre pares.

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámica de grupo</li> <li>• Preguntas generadoras</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio sobre la autoeficacia</li> <li>• Pelota</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>16</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En primer lugar, llevar a los estudiantes a un espacio adecuado para la realización de la actividad inicial.</li> <li>• En círculo, dar la bienvenida recordando que en la clase anterior discutimos mucho acerca de la empatía, la resolución de conflictos y la convivencia pacífica, es decir, las preguntas importantes sobre cómo tratar a los demás.</li> <li>• Continuar explicando que hoy trataremos sobre un tema importante en el proceso de cómo vemos el mundo y tomamos decisiones correctas en nuestras vidas. Señalar que todos los días tenemos el reto de realizar diferentes tareas y actividades, pero a veces, por alguna razón, no logramos concluir las por completo o correctamente.</li> <li>• Luego, invitar a participar de la actividad de calentamiento Descubriendo límites.</li> </ul> <p>- Decir que los estudiantes tendrán un minuto para dividirse en dos grupos. Después del final del tiempo se colocan en una cola, uno al lado del otro, teniendo en cuenta la igualdad numérica de participantes en cada grupo.</p> <p>- Orientar a darse un espacio entre un estudiante y otro en la línea donde se pueda pasar una persona. Si el número de estudiantes es impar, pedir que alguien sea un observador del proceso junto con el profesor.</p> <p>- Decir que cada grupo tendrá como objetivo para pasar entre los demás en forma de zigzag, empezando por el último de la cola hacia el principio, evitando tocar o golpear los colegas. Cada uno de ellos realizará la ruta llevando una bola en la mano, a su propio ritmo y tiempo.</p>



TIEMPO	DESCRIPCIÓN
	<p>- Al llegar al principio de la cola, el estudiante debe entregar la pelota a su colega detrás de él y la pelota debe ser pasado de mano en mano hasta que llegue al último de la cola. El siguiente estudiante comienza su zigzag sólo cuando la pelota llegar a su mano.</p> <p>- Cuando el último estudiante completar el curso y la formación de la cola esté igual a la inicial, el estudiante que inició la actividad deberá hacer el zigzag otra vez y sentarse con la pelota en sus manos en un banco o una silla colocada más lejos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambos grupos deben completar el desafío.</li> <li>• Después de la actividad, acomodar a los estudiantes sentados en círculo y promover una discusión basado en los siguientes temas:             <p>¿Cómo se sintieron durante la actividad?</p> <p>¿Ambos grupos fueron capaces de completar? ¿Tenían el mismo ritmo?</p> <p>¿Hubo un poco de planificación por parte de los equipos?</p> <p>¿Vosotros se sintieron motivados para ganar? ¿Podrían haber hecho de otra manera?</p> <p>¿Alguna vez trataron de llevar a cabo alguna actividad y no tuvieron el rendimiento esperado? ¿Cómo se sintieron?</p> </li> <li>• Al final, decir que hay un término relacionado directamente con lo que discutimos llamado autoeficacia, que es un concepto fundamental que implica confianza en sí mismo y que es la creencia de una persona en su capacidad para realizar o alcanzar una determinada tarea y hacer frente a situaciones específicas.</li> </ul>
50'	<p><b>DESARROLLO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Con los estudiantes todavía sentados, decir que la autoeficacia es desarrollar la capacidad de saber dónde estamos y donde queremos llegar, construyendo esta caminata en busca de lo mejor que podemos ser. Decir que no es siempre una tarea fácil y requiere de cada uno confianza en sí mismo.</li> <li>• Preguntar:             <p>¿Y usted? ¿Están preparados para dar el mejor para alcanzar sus objetivos?</p> <p>¿Vamos a participar de un desafío?</p> </li> <li>• Elegir un estudiante para iniciar o pedir a alguien para ser voluntario. Decir que el reto será utilizar las estrategias que consideren necesarias para superar una barrera. Informar que serán 3 rondas con diferentes estudiantes.</li> <li>• La barrera será realizada por los otros estudiantes que formarán un círculo grande y utilizando las estrategias que consideren necesarias, evitarán que el invasor supere la barrera y entre en el círculo.</li> </ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comenzar a contar el tiempo de actividad, dando dos minutos para cada estudiante tratar de entrar en el círculo.</li><li>• Finalmente, después que algunos estudiantes hayan participado, retornar a la clase y empezar una reflexión a partir de las siguientes cuestiones:  ¿Cómo se sintieron a ser desafiados? ¿Para los que se ofrecieron para estar como los “invasores”, lo que los motivó? ¿Quién logró entrar en el círculo? ¿Cuál la estrategia utilizada? ¿Para quién se encontraba en el círculo previniendo la invasión, cual la motivación? ¿Qué estrategias para prevenir y para invadir? ¿Alguien pensó en pedir y utilizar el diálogo para invadir? ¿Qué haría usted si eso ocurriera? ¿Alguien que no logró entrar de primera, ha pensado en intentarlo de nuevo? ¿Alguien ni siquiera intentó?</li><li>• Decir que para ser autoeficaz es esencial identificar cuáles son las creencias limitantes, el auto sabotaje; hay que reconocer cuáles son los principales talentos y saber cómo ponerlos en práctica con el fin de madurar su crecimiento.</li></ul>
20'	<b>CIERRE:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Preguntar a la clase: ¿Cómo está su autoeficacia?</li><li>• Después de las respuestas, entregar a cada estudiante un ejercicio de autoeficacia (anexo), pedirles que respondan y compartan el resultado con un colega de al lado.</li></ul>
<b>DIRECTRIZES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Orientar a los estudiantes que en el cuaderno hay un espacio para escribir la reflexión final de la clase.</li></ul>



## ANEXO

### SESIÓN 16

#### Ejercicio de autoeficacia

**1. Consigo resolver problemas difíciles siempre, desde que lo intente suficientemente**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**2. Caso alguien se oponer a mí, siempre puedo encontrar maneras de conseguir lo que quiero**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**3. Es fácil para mí mantener mis metas y lograr mis metas**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**4. Estoy seguro de que podría manejar eficazmente eventos inesperados**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**5. Sé cómo hacer frente a situaciones imprevistas**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**6. Consigo resolver la mayoría de los problemas desde que invista el esfuerzo necesario**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**7. Consigo mantenerme calmo(a) cuando enfrento dificultades porque puedo confiar en mis habilidades para tratar con ellas**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**8. Cuando me enfrento a un problema, por lo general puedo encontrar varias soluciones**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**9. Caso me encuentre en problemas, por lo general consigo pensar en alguna salida.**

- En realidad nada



- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**10. Pase lo que pase, por lo general soy capaz de manejar situaciones que se me presenten.**

- En realidad nada
- Un poco de verdad
- Muy cierto
- Totalmente cierto

**Para el profesor:** sus resultados pueden variar entre 10 y 40 (En realidad 1 / Un poco verdad 2 / Muy cierto 3 / Totalmente cierto 4) Cuánto más cercano a 40, más grande y mejor su sentido de auto-eficacia.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 17</b>	<b>TEMA</b>	<b>DE LA AUTOESTIMA A RESILIENCIA: PERSISTIR, INSISTIR Y NO RENUNCIAR</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abordar el tema del fortalecimiento de la autoestima y su relación con la resiliencia emocional.</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoeficacia</li> <li>• Apertura a la Experiencia.</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> <li>• Enfoque critico</li> </ul>
----------------	--

<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/Comunicativa</li> <li>• Aprendizaje Cooperativo</li> </ul>
--------------------	--

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Fomentar la identificación de las características individuales que impactan en sus habilidades socio relacionales.
	<b>DESARROLLO</b>	Fortalecer la confianza en sí mismo a través de un ejercicio de reflexión.
	<b>CIERRE</b>	Fomentar el intercambio de experiencias mirando el fortalecimiento individual y colectivo.

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Preguntas generadoras</li> <li>• Reflexión individual</li> </ul>
--------------------------------	---

<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio Actuar o Reaccionar</li> </ul>
-----------------	---

<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>
-------------------	---



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>17</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
15'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar recordando que en la sesión anterior se discutió sobre la autoeficacia y su importancia para nuestra toma de decisiones en las diferentes situaciones de la vida.</li> <li>• Preguntar a los estudiantes cómo se comportan delante esas situaciones. “¿Vosotros son más dirigidos para dentro o para fuera?” Señalar que frente las intemperies de la vida, el auto-conocimiento es importante y ayuda a controlar la forma que reaccionamos a situaciones no previstas.</li> <li>• Luego, entregar una hoja de papel a cada estudiante, guiándolos a escribir en la parte superior <b>LO QUE VIENE DE MÍ</b>. Justo por debajo, pedir que dibujen dos líneas dividiendo el papel en cuatro cuadrantes. Orientar que escriban en cada cuadrante ,sus respuestas a las siguientes preguntas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>(01) ¿Lo que viene de mí que me hace feliz? (Esfuerzo personal, enfoque, etc.);</li> <li>(02) ¿Lo que viene de fuera que me hace feliz? (Otras personas, suerte, oportunidades, etc.);</li> <li>(03) ¿Lo que viene de fuera que me hace triste? (Retos, dificultades, etc.)</li> <li>(04) ¿Lo que viene de mí que me hace triste? (Miedos, dudas, etc.)</li> </ul> </li> <li>• Solicitar que lean y piensen en lo que los motiva y también lo que crea barreras delante las situaciones de la vida.</li> <li>• Después que todos respondan, pedir a algunos estudiantes para socializar sus respuestas.</li> <li>• Comentar que en sesiones anteriores hemos podido reflexionar e identificar en nosotros características importantes que contribuyen para nuestra visión del mundo y pueden ayudar a lidiar con los dilemas de la vida. Decir que, inevitablemente, tendremos que buscar un equilibrio entre el interno (lo que sentimos), y el externo (lo que no controlamos).</li> <li>• A continuación, inicie la siguiente pregunta: ¿Usted se ve más afectado por lo que viene desde fuera o lo que viene de dentro de ti? ¿Qué tal descubrimos esto juntos?</li> <li>• Hacer una correlación con la resiliencia, recordando su significado</li> </ul>



55'

**DESARROLLO:**

- Invitar la clase para responder a un ejercicio: **Actuar o reaccionar** (anexo)
- Después de todos llenaren, promover la reflexión: “¿Cómo nos sentimos después del resultado del ejercicio”?
- Luego, decir que una estrategia para mejorar el control interno personal, para ser más resiliente, sería cuidar mejor de sí mismo. Admirarse, gustarse, respetarse son actitudes de alguien que se preocupa consigo mismo.
- Preguntar, ¿cuándo fue la última vez en que se ha elogiado? ¿Y en la última semana?
- Reforzar la idea de que es necesario pensar de manera positiva sobre sí mismo. Tener buenos pensamientos sobre sí mismo mejora considerablemente nuestra autoestima, nos fortalece y nos motiva a ser resistentes y enfrentar a las adversidades de la vida con maestría.
- Resaltar que el resultado de este breve ejercicio es situacional, es decir, que refleja el momento presente de quien responde. Esta es la buena noticia: si tiene baja resiliencia hoy en día, puede trabajar su comportamiento para cambiar esta imagen. En otras palabras, todo depende de su actitud.

20'

**CIERRE:**

- Pedir a los estudiantes que escriban en la parte posterior de la hoja del ejercicio, una declaración positiva sobre sí mismo.
- Después de escribir, informar a todos que leerán en voz alta y pedirles que presten atención a lo que sucede en su interior cuando se está leyendo la afirmación.
- Decir que va a hacer una señal y todo el mundo deberá leer junto y en voz alta su afirmación, preocupándose sólo con su voz y con su afirmación.
- Pedir a los estudiantes para socializar lo que sintieron al escuchar algo positivo sobre sí mismos.
- Concluir diciendo que aceptar los elogios puede ser difícil para algunas personas, sin embargo, en secreto vivimos la expectativa de recibir elogios. Si su voz interior habla de un modo más positivo sobre sí mismo pueden ocurrir dos cosas: usted se basará menos en las opiniones de los demás y será capaz de aceptar más fácilmente los elogios que le harán. Por lo tanto, gasten más tiempo a alabar a sí mismos.





**DIRECTRICES  
AL  
PROFESOR**

- En el momento del ejercicio, una alternativa a la impresión de la misma sería pedir a los estudiantes que escriban las respuestas en el cuaderno después de la lectura realizada por el profesor que, entonces, diría los valores de las respuestas (A y B). Orientando a los estudiantes para sumar y obtener el resultado final.



## SESIÓN 17

### Ejercicio Actuar o Reaccionar

<sup>9</sup>Cada pregunta se compone de dos opciones (A y B). Usted debe leer la pregunta y elegir la opción que más se acerque a su forma de pensar y/o actuar. Para cada pregunta y opción hay una puntuación, que se contabilizará al final del ejercicio.

	A	B	RESPUESTA	SCORE
1	Hacer un montón de dinero está vinculado a elegir el camino correcto	Los ascensos se obtienen con un trabajo muy duro y la persistencia		
2	Me di cuenta de que hay una conexión directa entre la cantidad de esfuerzo y el resultado me tengo	A menudo, las reacciones de las personas se ven muy bien		
3	El número de divorcios indica que más personas no tratan de hacer su trabajo en los matrimonios	El matrimonio es en gran medida un negocio de riesgo		
4	Es absurdo pensar que uno puede realmente cambiar las actitudes básicas de otra persona	Cuando estoy cierto, puedo convencer a los demás		
5	Ser promovido es realmente una cuestión de tener más suerte que cualquier otra persona	En nuestra sociedad, el éxito de una persona depende de su capacidad.		
6	Si alguien sabe cómo tratar con la gente, es fácil liderarlos.	Ejercer poca influencia en la forma en que otras personas se comportan		
7	Los objetivos que logro son el resultado de mis propios esfuerzos; la suerte no tiene nada que ver con ella.	A veces, creo que tengo poco a hacer en respecto a situación presentada.		

### ANEXO

<sup>9</sup> Adaptado y traducido de Coehlo (s.f.).



8	La gente como yo puede cambiar el curso del mundo de los negocios si hacernos escuchar	Es sólo una ilusión creer que cualquier persona puede influir fácilmente en lo que sucede en el mercado		
9	Gran parte de lo que me pasa es probablemente una cuestión del acaso	Soy dueño de mi destino		
10	Llevarse bien con la gente es una habilidad que se debe ejercerse	Es casi imposible encontrar la manera de complacer a ciertas personas		

Para el profesor - Cálculo de los resultados:  
 Orientar a los estudiantes a comparar sus respuestas con las siguientes, escribiendo "0" o "1", según la opción elegida. Por supuesto, la suma de los puntos debe ser un número entre 0 y 10.

PREGUNTA	A ALTERNATIVA	alternativa B
1	0	1
2	1	0
3	1	0
4	0	1
5	0	1
6	1	0
7	1	0
8	1	0
9	0	1
10	1	0

Tener el marcador final, cada estudiante debe conferir en la tabla de abajo cómo pueden clasificar su centro de control, si es interno o externo.



## PONTUACIÓN CLASIFICACIÓN LOCUS DE CONTROL

PONTUACIÓN	CLASIFICACIÓN	Locus de Control
8-10	INTERNO ALTO	personas internas (Alta resiliencia)
6-7	INTERNO MODERADO	
5	INTERMEDIO	Equilibrio
3-4	EXTERNO MODERADO	personas externas (Baja Resiliencia)
0-2	EXTERNO ALTO	

### Interpretación de los resultados:

Las personas con **locus de control externo**, es decir, aquellos con puntuaciones entre **0 y 4 puntos**, son personas que están muy influenciadas por el mundo exterior. Para ellos, el destino depende de lo que ocurre a su alrededor.

**Por lo general, este grupo piensa de la siguiente manera:** el estudiante no le va bien en las evaluaciones porque el profesor no enseñó derecho la materia, sus cualidades no son reconocidas por los demás, sus relaciones no funcionan porque la gente es dura y no si entregan, las obras entregadas no se leen, y sólo a través de la indicación de terceros es posible obtener una oportunidad para demostrar talento y capacidad.

En el polo opuesto son los que tienen **locus de control interno**. Quien alcanzó **6-10 puntos** cae dentro de este grupo. Estas son las personas que realmente se ven a sí mismos como dueños de su propio futuro. Los fracasos son su responsabilidad, que surgen de las acciones inadecuadas que invariablemente condujeron al aprendizaje. El éxito, a su vez, es el resultado del trabajo, la audacia, la creatividad, la perseverancia, en fin, todo un conjunto de actitudes ganadoras.

**Por lo general, este grupo piensa de la siguiente manera:** busca reconocer y resaltar sus aspectos positivos. Puede relacionar sus voluntades a las actividades que desea realizar, trata de relacionarse bien con la gente y utiliza su red para aprovechar las buenas oportunidades. Cuida de su marketing personal y, especialmente, adopta una postura proactiva, consciente de que su adversidad es temporal y que el futuro será un reflejo de sus decisiones y actitudes y no el juicio de terceros.  
a a llamarse amigo novio(a)...



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 18</b>	TEMA	<b>RESILIENCIA EN LA CONVIVENCIA: ¿QUIÉN DIJO QUE SERÍA FÁCIL?</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Animar a los estudiantes a reflexionar sobre las facetas de la personalidad relacionadas con la cooperación.</li> <li>• Estimular la creatividad y el poder de síntesis de los estudiantes.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía Activa</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> <li>• Enfoque crítico</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ Comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>



<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Promover el espacio inicial para la discusión del tema y la reflexión colectiva.
	<b>DESARROLLO</b>	Discutir más a fondo la Cooperación y generar una mayor integración entre los estudiantes.
	<b>CIERRE</b>	Promover un cierre donde los estudiantes digan lo que fue absorbido durante la clase.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La dinámica de grupo</li> <li>• Actividades artísticas</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papel del arte</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Revistas</li> <li>• Bolígrafos.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 18</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

<b>TIEMPO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
25'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar la clase con antelación, organizando seis espacios para la constitución de equipos. En cada espacio, colocar un cartón o papel madera escrito una de las siguientes palabras: Colectivo, Contribución, Cooperación, Unión, Esfuerzo y Comunicación. Una palabra a cada papel madera o cartón.</li> <li>• Dar la bienvenida a los estudiantes al son de una música animada. Señalar que en la lección anterior vimos la importancia de la automotivación para superar los obstáculos que la vida nos pone. Decir que ciertas veces podemos tratar de ganar solo, pero en general dependemos de otras personas para ayudarnos a caminar, lo que nos exige habilidades importantes para relacionarse positivamente.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pedir a los estudiantes que caminen y vean las palabras escritas en los carteles y que elijan la palabra con la cual más se identifiquen. Orientar que se sienten cerca de la palabra, formando grupos. Distribuir los grupos de estudiantes de una manera equilibrada.</li><li>• Marcar un tiempo de 2 minutos para cada grupo escribir en un papel las ideas, pensamientos, palabras, frases, todo lo que viene a la mente acerca de la palabra que está resaltada.</li><li>• Al final de la primera vuelta, decir que los grupos van a cambiar su lugar y contribuirán con ideas y sugerencias sobre otro cartel. Rehacer las rondas hasta que todos los equipos tengan recurrido todos los carteles.</li><li>• Al final, pedir a los equipos que permanezcan en el último cartel con el cual contribuyeron.</li></ul>
50'	<p><b>DESARROLLO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Con equipos formados, decidir que el reto ahora será crear un panel utilizando todas las ideas del cartel que está con ellos y cuyo tema central será el <b>equipo de trabajo</b>.</li><li>• Entregar a cada equipo una tarjeta y los materiales necesarios para la producción de paneles, tales como revistas, plumas, cepillo, tijeras, pegamento, etc., y dar un tiempo de 20 minutos para construir sus paneles colectivamente, fomentando la participación de todos.</li><li>• Orientar que pueden utilizar dibujos, frases, imágenes, collages, la creatividad debe ser alentada.</li><li>• Cuando hayan terminado, pedir a cada grupo que presente su panel a los demás.</li><li>• Llevar a cabo la mediación durante las presentaciones, teniendo en cuenta el valor del trabajo en equipo y las dificultades que tienen algunas personas en trabajar en parejas.</li></ul>
15'	<p><b>CIERRE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Concluir diciendo que podemos lograr metas más grandes cuando un grupo o una sociedad decide crear un esfuerzo colectivo para resolver un problema. El trabajo en equipo puede ser un reto para la capacidad de resiliencia, pero sin duda es un medio de crecimiento y maduración para todo el mundo.</li><li>• En círculo, terminar pidiendo a voluntarios que digan lo que más les gustó en la clase de hoy y por qué.</li></ul>



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 19</b>	TEMA	<b>HUERTO PARTICULAR: CON QUIEN CONTAR</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Articular objetivos e intereses individuales entre sí, practicando experiencias de convivencia.</li> <li>• Ayudar a los estudiantes a identificar quiénes son las personas que se presentan en sus vidas desde el nacimiento, y cómo pueden reconocer a estas personas como amigos.</li> <li>• Fomentar la lectura.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia social</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía Activa</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ Comunicativa</li> <li>• Inter aprendizaje</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Seguir con la reflexión sobre la cooperación y el papel de cada uno en el proceso.
	DESARROLLO	Lectura guiada y construcción creativa de los diferentes elementos que componen un huerto particular.
	CIERRE	Hacer un cierre del tema a través de reflexiones basadas en la generación de preguntas. Promover un ambiente positivo entre los estudiantes.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades Artísticas</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Narraciones orales</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Texto El árbol de mis amigos (Anexo)</li> <li>• Link música <i>La amistad</i>, de Laura Pausini: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=On5AS23Tcog_">https://www.youtube.com/watch?v=On5AS23Tcog_</a></li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 19</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
25'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar retomando que en la sesión anterior reflexionamos sobre la importancia de conocer la forma de trabajar en equipo, para uno crecer como persona y nutrir proyectos de vida. Preguntar si recuerdan una actividad del comienzo del año donde trabajamos la identificación de las características individuales de un grupo de árboles nativos. ¿Cuál es el nombre de esta actividad (Bajo la sombra de los árboles)? ¿Recuerdan los árboles que han elegido y sus características?</li> <li>• A continuación, señalar que se percibir a sí mismos como parte de un todo, bien como identificar y desarrollar habilidades individuales son esenciales para que podamos tejer una buena red de relaciones. Decir que hoy vamos a profundizar esta discusión sobre nuestros compañeros de caminata.</li> <li>• Preguntar: ¿ustedes conocen un huerto? ¿Qué creen que sucede en este lugar donde las plantas comparten el mismo espacio y nutrientes con muchas otras plantas? ¿Qué tipo de relación debe existir entre ellos?</li> <li>• Proponer la siguiente actividad: invitar al grupo a ponerse de pie y pedirles que formen parejas.</li> <li>• Después, decir que a partir de ahora cada uno de los pares se</li> </ul>



representará en un frasco como dos plantas que comparten este espacio, pedirles que posici6nense espalda con espalda, y que deben aproximar hombro con hombro.

- Luego, al sonido de una canci6n alegre, pedir a cada pareja para llegar hasta el suelo sin poner las manos en el suelo, s6lo soportado por la espalda del otro. Decir que si lograsen bajar y subir sin caer, significar6 que ambas plantas florecer6n.
- Algunos caer6n, otros conseguir6n - lo que hace que sea un trabajo divertido (hacer una demostraci6n con un voluntario).
- Despu6s de varios intentos, preguntar a los estudiantes que les pareci6 la actividad y lo que percibieron. ¿Muchas plantas fueron capaces de florecer?
- Conducir los estudiantes a reflexionar utilizando la met6fora de la simbiosis de las plantas como a la confianza que tenemos en el otro, el esp6ritu de equipo, la valoraci6n de las personas y la forma en que estos elementos son esenciales para una buena relaci6n.
- Comentar tambi6n sobre la necesidad de apoyar y ser apoyado por la gente en la vida.

55'

#### DESARROLLO

- Despu6s del momento inicial, invitar a los estudiantes a sentarse junto a su pareja formando un c6rculo con los dem6s.
- Luego, entregar a cada pareja una copia del texto: “El 6rbor de mis amigos” (que se adjunta).
- Pedir que cada estudiante lea un p6rrafo, como que en un c6rculo de lectura, donde uno complementa el texto le6do por el anterior.
- Preguntar al final de la lectura lo que entendieron del texto para generar una breve discusi6n con la clase.
- Orientar que cada pareja ahora hable sobre qui6n son las personas que surgieron en sus vidas desde su nacimiento y c6mo estas personas son hoy reconocidas como amigos. Sugerenci6n: poner una canci6n sobre amistad (*La Amistad*, de Laura Pausini), para reproducir durante la producci6n de los 6rboles.
- Entregar a cada estudiante una hoja de papel A4 y pedir que dibujen su 6rbor de amigos, recordando que los amigos est6n representados por los frutos de una vida cultivada y alimentada por el amor.
- Por 6ltimo, invitar los estudiantes a presentar su 6rbor de los Amigos.
- OBS:





10'

**CIERRE**

- Después de las presentaciones, empezar una reflexión a partir de las consideraciones siguientes:
- Es muy importante para cualquier persona saber quién es y de dónde viene. Su hogar, sus padres, su familia, todo esto integra el primer momento de conocimiento que se tiene del mundo. Nuestro primer contacto en sociedad comienza en la familia, pero se extiende a otros lugares, incluyendo la escuela. En nuestra vida conocemos muchas personas que pueden llegar a ser nuestros amigos, llegando a ser fundamentales en nuestra vida.
- Por último, lanzar la pregunta: ¿estamos realmente nutriendo el suelo a nuestro alrededor y ayudando a cultivar nuestras plantas amigas de caminada? ¿Cómo está el camino este año?
- Orientar que piensen a respecto y que traigan las respuestas en la clase siguiente.

## SESIÓN 19

### ÁRBOL DE MIS AMIGOS<sup>10</sup>

Antoine de Saint Exupéry

"Existen personas en nuestras vidas que nos hacen felices simplemente porque se cruzaron en nuestro camino."

Algunos corren a nuestro lado, viendo muchas lunas pasar.

Otros sólo vemos entre un paso y otro. A todos ellos, llamamos amigo.

Hay muchos tipos de amigos. Tal vez, cada hoja del árbol cuente como uno. Los primeros nacidos de la yema son: el amigo padre e la amiga madre.

Enseñan lo que es tener vida. Luego viene el amigo hermano, con los que compartimos nuestro espacio para que florezca, al igual que nosotros.

Pasamos, por tanto, conocer toda la familia de hojas, que respetamos y queremos bien.

Pero el destino nos presenta a otros amigos, amigo del alma; Amigo del corazón...

Son sinceros, son verdaderos. Saben cuándo no estamos bien. Saben lo que nos hace felices...

A veces uno de esos amigos del alma hace estallar el corazón. Allí, pasa a llamarse amigo novio(a)...

Que brilla en nuestros ojos, música a nuestros labios...

Pero también existen aquellos amigos por un momento; tal vez unas vacaciones, un día, a una hora...

Estos suelen poner muchas sonrisas en nuestro rostro durante el tiempo que estamos cerca.

Hablando de cerca, no podemos olvidar a los amigos distantes. Los que están en los extremos de las ramas, pero que cuando el viento sopla, siempre aparecen, atentos, entre una hoja y otra.

El tiempo pasa y el verano se ha ido. Con la llegada del otoño, se pierde gran parte de nuestras hojas.

<sup>10</sup> Traducido de Saint Exupéry (s.f.).



Algunos nacen en otro verano. Otros permanecen por muchas estaciones. Pero lo que nos hace felices es que las que se cayeron todavía continúan cerca; siguen alimentando nuestras raíces con alegría.

Recuerdos de momentos maravillosos cuando cruzaron nuestro camino.

Hoy en día, les deseo, mi hoja de árbol, paz, amor, salud, éxito, prosperidad...

Cada persona que pasa en nuestra vida es única. Siempre deja un poco sobre sí mismo y se necesita un poco de nosotros.

Hay los que llevan mucho, pero no hay quienes no dejan nada”.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 20</b>	TEMA	<b>EL CAMINO DE LA SIEMBRA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar con los estudiantes sobre el camino recorrido hacia la formación del grupo.</li> <li>• Seguir fomentando el espíritu de cooperación entre los estudiantes.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento de sí mismo</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> <li>• Conciencia social</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Enfoque Reflexivo</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/ Comunicativa</li> <li>• Pedagogía de la pregunta</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Estimular la reflexión inicial sobre el camino recorrido hasta aquí, creando un clima de unión entre los estudiantes.
	DESARROLLO	Promover un espacio de interacción, reflexión y intercambio entre los estudiantes basado en el tema del huerto.
	CIERRE	Utilizar elementos visuales para cerrar el momento de reflexión en clase, dejando el mensaje de cooperación como una salida para el éxito.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	• Actividades artísticas
<b>RECURSOS</b>	• Media El Puente • Tarjetas • Papel de oficina • Lápiz de color • Masking tape
<b>EVALUACIÓN</b>	• Formativa

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 20</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
-------------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar organizando los estudiantes en círculo, decir que a principios de este año plantamos semillas valiosas que se han desarrollado y se están convirtiendo en un huerto diverso y saludable. Para que continuemos evolucionando tenemos que cuidar constantemente, proporcionando un ambiente rico, buscando un equilibrio para, así, poder recoger los frutos en el tiempo cierto.</li> <li>• Pedir que compartan sus respuestas a las preguntas formuladas en la sesión anterior (¿Realmente estamos nutriendo la tierra que nos rodea, ayudando a cultivar nuestras plantas amigas? ¿Cómo está siendo el camino este año?).</li> <li>• Escuchar a algunos voluntarios y recordar que en la última sesión se hicieron reflexiones sobre la convivencia entre las personas y grupos con diferentes hábitos y personalidades, recordar que esto también caracteriza a nuestro huerto. Mientras que los estudiantes se pronuncian, fijar tarjetas en diferentes puntos de la sala, cada una con una de las siguientes frases:             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Si cultivamos cosas buenas, cosecharemos cosas buenas;</li> <li>2. Si cultivamos cosas malas, cosecharemos cosas malas;</li> <li>3. Estamos sembrando todo el tiempo en nuestras vidas;</li> </ol> </li> </ul>

	<p>4. Todo lo que hacemos es la semilla: palabras, pensamientos, actitudes. Todo es la semilla;</p> <p>5. Cosecharemos de acuerdo con lo que sembramos en el momento adecuado;</p> <p>6. Todo comienza con una semilla, pero entre el sembrar y cosechar pueden pasar muchas cosas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir a los estudiantes que circulen por la clase y elijan la frase que mejor se identifican, formando grupos. NOTA: asegurar el equilibrio entre los grupos.</li> <li>• Con los grupos hechos, pedir que discutan entre ellos tomando por base las siguientes preguntas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Lo que atrajo la mayor atención en la frase? ¿Podemos trazar un paralelo con nuestra huerta (nuestra clase)?</li> <li>• ¿Cómo perciben el camino recorrido hasta ahora? ¿Fue fácil? Difícil? ¿Por qué?</li> </ul> </li> <li>• Abrir para comentarios.</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A continuación, invitar a los estudiantes a participar en la actividad: <b>El Huerto de nuestra existencia</b></li> <li>• Mantener los equipos anteriores y entregar a cada uno una hoja de papel A4. En la hoja, los equipos deben escribir al menos cinco signos positivos y signos negativos que identificaron durante todo el año en las relaciones vividas en la escuela, en la familia o en la comunidad que fueron importantes para su crecimiento.</li> <li>• En ese momento, el profesor ayuda a los equipos recordando los temas ya enseñados para ayudarles en esta construcción. Ej. La cooperación, el liderazgo, el conflicto, la amistad, la solidaridad, la empatía, la memoria, la historia, el auto-conocimiento, los valores, el control emocional, la auto-eficacia, resistencia, etc.</li> <li>• En seguida, explicar que irá fijar dos troncos de árboles un al lado del otro: un de tallo verde y un tronco de tallo marrón, que simbolizarán nuestro huerto.</li> <li>• Entregar hojas de papel, tijeras y material para colorir a los equipos y pedir que hagan 10 hojas de árboles donde las señales positivas y negativas deben ser escritas (una señal por hoja).</li> <li>• En las hojas producidas, equipos escribirán los cinco signos positivos y los cinco signos negativos (la personalización como cada uno prefiera). A continuación, el representante de cada equipo va al tronco marrón para pegar y leer a los otros estudiantes los aspectos negativos de la</li> </ul>



lista. Luego va al tronco del árbol verde para pegar y leer a los otros estudiantes citar los aspectos positivos mencionados.

- Después de que todos los equipos hayan presentado, reflexionar sobre los dos árboles que simbolizan nuestro huerto con énfasis en las siguientes preguntas:
  - ¿Cómo las situaciones positivas y negativas retratadas pueden afectar a nuestro desarrollo individual y colectivo?
  - ¿Cómo revertir o mejorar las situaciones negativas haciéndolas positivas?
  - ¿Hemos estado en solidaridad con los otros colegas que son parte de nuestro huerto? ¿Qué fruto queremos cosechar a finales de este año en vista de nuestras actitudes?
- Finalizar diciendo que algunas de las características clave de un huerto son la cooperación, la superación y la simbiosis entre las diferentes plantas y animales que allí viven, formando una gran red de relaciones interdependientes que, caso esté equilibrada, puede hacer que todo el mundo se desarrolle de la mejor manera posible, dando frutos y atrayendo nuevos árboles.
- Recordar que siempre podemos mejorar independiente del estado en que estamos, y por lo que necesitamos la cooperación de los demás, la búsqueda de la evolución pasa por la reflexión y la actitud tomada para corregir cualquier desviación durante la marcha.

Fuente: adaptado Experiencia disponible en: [http://www.pj.org.br/documentos/DNJ2012\\_SubsidioColorido.pdf](http://www.pj.org.br/documentos/DNJ2012_SubsidioColorido.pdf). Consultado el 23/03/2019.

10'

**CIERRE:**

- Terminar invitando a la clase para ver el vídeo El Puente .

**DIRECTRICES AL PROFESOR**

- Preparar con antelación los troncos de los árboles que representan el huerto de la clase. Se pueden dibujar más árboles como telón de fondo con el fin de tener una impresión más realista de un huerto y no sólo las dos plantas específicas. Vale añadir un título por encima el huerto de la clase, así como inserir animales que enriquecen el entorno natural.
- Interesante mantener el huerto en un solo lugar en la sala donde podrá ser visitado por los estudiantes cuando quieran.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 21</b>	TEMA	<b>EL PODER DEL SILENCIO</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular la reflexión sobre el poder de las palabras y el poder del silencio.</li> <li>• Appreciar el poder del silencio como herramienta para una vida emocionalmente saludable.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo;</li> <li>• El pensamiento crítico.</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Aprendizaje experiencial</li> <li>• Enfoque crítico / reflexivo</li> </ul>
---------	---

METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Experiencial / comunicativa</li> <li>• Pedagogía de la Pregunta</li> </ul>
-------------	--

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Proporcionar un momento de reflexión sobre la importancia del silencio y la concentración para nuestras vidas.
	DESARROLLO	Desarrollar la escucha atenta de los estudiantes.
	CIERRE	Enfatizar la contribución de una escucha crítica para la comprensión del contexto dónde estamos insertados.



<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	• Dinámica de grupo
<b>RECURSOS</b>	• Texto: El poder del silencio - Augusto Cury.
<b>EVALUACIÓN</b>	• Formativa

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 21</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a los estudiantes presentando una placa escrita la palabra SILENCIO.</li> <li>• Esperar hasta que se sienten y observar el comportamiento de la clase, los que cumplen con la solicitud y aquellos que cuestionan.</li> <li>• Después de un tiempo, preguntar:  <b>¿Qué es el silencio para ustedes?</b>  <b>¿El silencio es ausencia o presencia?</b></li> <li>• Luego, decir a los estudiantes que el silencio es un gran aliado para desarrollar el autoconocimiento y las relaciones interpersonales.</li> <li>• Invitarles a sentarse en un círculo sin hacer ruido y permanecer en silencio durante cinco minutos.</li> <li>• Superado los momentos iniciales con esta situación inusual en el aula, preguntar:  <b>¿Qué es lo que escuchan en el silencio que normalmente no se escuchan durante las clases?</b>  <b>¿Qué sintieron?</b>  <b>¿Era algo bueno o malo?</b></li> </ul>
55'	<p><b>DESARROLLO:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• A continuación, invitar a los estudiantes a poner sus manos sobre los ojos, cerrándolos, y decir que se centren en el texto que será leído por el maestro (Anexo - El Poder del Silencio - . Augusto Cury)</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de la lectura, decir que vamos a hacer dos círculos grandes con todos sentados (puede ser con las sillas o en el suelo, de acuerdo con la realidad de cada clase).</li> <li>• El círculo exterior, que será el más grande, será el círculo del silencio y el círculo más pequeño, el interior, es el círculo del diálogo.</li> <li>• El maestro debe separar pasajes cortos del texto leído y distribuir en el círculo interior para ayudar en los diálogos, animándoles a comentar y hablar acerca de cómo se sentían.</li> <li>• El círculo del silencio (exterior), debe centrarse en lo que sus colegas están debatiendo en el círculo del diálogo, pero sólo podrán hablar o dar opiniones una vez que pasen a formar parte del círculo más pequeño. NOTA: 5 minutos para cada ronda.</li> <li>• El objetivo es que los miembros del Círculo del silencio experimenten la escucha atenta y los miembros del círculo del diálogo, el habla después de la reflexión. Los papeles se invierten, los estudiantes del “Círculo del Silencio” son llamados a continuar la sesión en el “Círculo del Diálogo” y los que dialogaron vienen a asumir el papel de oyentes atentos.</li> <li>• Por último, abrir una discusión basada en las siguientes preguntas:          ¿Cómo fue para ustedes poder estar en ambos los papeles? ¿En qué situación se sintieron más cómodos? ¿Cómo se sintieron al tener que estar en silencio? ¿Alguien no pudo estar en silencio y ha cambiado de círculo? ¿En el círculo del diálogo, cómo fue tener que trabajar la argumentación?</li> </ul>
15'	<p><b>CIERRE:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Decir que lo vital para el proceso de “escuchar” consciente es “entrenar el oído crítico” y distinguir lo que es una situación de “ruido” de lo que realmente importa para el diálogo.</li> <li>• Controla el impulso natural a querer hablar y expresar impulsivamente su opinión sobre todo lo que sucede cuando todos hablan sobre todos y nadie escucha.</li> <li>• Terminar añadiendo que la próxima clase vamos a afinar aún más nuestra criticidad, tan importante en tiempos de una gran cantidad de información errónea.</li> </ul>
<b>DIRECTRICES AL PROFESOR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si posible, proporcionar un espacio más amplio donde se sientan más acogidos.</li> <li>• Durante la lectura del texto, si es necesario, clarificar algunas palabras a los estudiantes.</li> </ul>



## ANEXO

### SESIÓN 21

#### El poder del silencio<sup>11</sup>

Pensar antes de reaccionar es una de las más nobles herramientas de las relaciones interpersonales humanas. En los primeros treinta segundos de tensión, cometemos el error más grande de nuestras vidas, decimos palabras y tomamos acciones delante las personas que más queremos que nunca deberíamos expresar.

En este período corto de tiempo, somos controlados por las zonas de conflicto, impidiendo el acceso a la información que nos subvenciona serenidad, coherencia intelectual, el pensamiento crítico.

Un médico puede ser muy paciente con quejas de sus pacientes, pero muy impaciente con las quejas de sus hijos.

Pensar antes de reaccionar ante los extraños, pero no antes de quién ama. No sé la oración de los sabios, en zonas de tensión, el silencio.

Si vivimos bajo la dictadura de la respuesta, la necesidad compulsiva de reaccionar cuando provocado, aumenta las chances de cometer errores, algunos muy graves. Sólo el silencio conserva la sabiduría cuando nos vemos amenazados, criticados. Cada vez más personas están perdiendo el placer del silencio, de interiorizar, reflexionar, meditar.

El popular recuento hasta diez antes de reaccionar es inmaduro, que no funciona. El silencio no es aguantar y no explotar, el silencio es el respeto por su inteligencia. ¿Quién hace la oración del sabio no es esclavo del binomio golpeado-golpear? Quien golpea el pecho y dice que no le lleva a casa indignación, no piensa en las consecuencias de sus acciones.

Quién tiene el orgullo de escupir todo lo que piensa, hiriendo quien más debería ser amado no conoce el lenguaje de autocontrol. Las decepciones son parte del menú de las mejores relaciones. En este menú necesitamos el tempero del silencio para preparar la salsa de la tolerancia.

Para vivir con las máquinas no necesitamos silencio o la tolerancia, pero con los seres humanos son fundamentales. Ambos son frutos nobles del arte de pensar antes de reaccionar. Preservar la salud mental, la conciencia, la tranquilidad.

El silencio y la tolerancia son el vino de los fuertes, la reacción impulsiva es la

<sup>11</sup> Adaptado y traducido de Cury (11 de mayo de 2016).

intoxicación de los débiles. El silencio y la tolerancia son las armas del pensador, la reacción instintiva es el arma de los que no piensan.

Es mucho mejor ser lento al pensar que ser rápido y hacer daño, es mejor vivir con una sola persona, sin cultura académica, pero tolerante, que con un ser humano cultivado lleno del radicalismo, el egoísmo, el estrellato.

La sabiduría y la tolerancia no se aprenden en las sillas de una escuela, pero sí en el camino de la existencia.

Nadie es digno de madurez sino utilizar sus inconsistencias para producirla.

Cada ser humano pasa por agitaciones en la vida. Para unos les falta un poco de incentivo material, para otros, alegría en el alma. Unos luchan por la supervivencia, otros son ricos, pero mendigan el pan de la tranquilidad y la felicidad.

Millonarios querían comprar la felicidad con su dinero, los políticos la querían conquistar con su poder, celebridades la quisieron seducirla con su fama, pero ella no les permitió encontrarla.

Articulando los oídos de todos, dije: "... Me oculto en las cosas simples y anónimas...". Todos cierran los ojos cuando mueren, pero no todos ven cuando están vivos.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 22</b>	<b>TEMA</b>	<b>TRABAJAR LA CRITICIDAD</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentar de forma lúdica la temática de investigación a los estudiantes.</li> <li>• Provocar en los estudiantes la reflexión sobre la importancia del conocimiento para el crecimiento personal.</li> <li>• Estimular habilidades vinculadas al trabajo en grupo y a la interdependencia positiva, en el desarrollo de investigaciones</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo;</li> <li>• Pensamiento crítico.</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aproximación crítica / reflexivo</li> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Aprendizaje experiencial</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Experiencial / comunicativa</li> <li>• Investigativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Trabajar la capacidad de observación de una manera lúdica.
	<b>DESARROLLO</b>	Instigar el pensamiento crítico y la resolución de situaciones a través del análisis de un caso y de una media corta.
	<b>CIERRE</b>	Finalización del momento con la discusión de lo que fue tratado en la media.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos</li> <li>• Dinámicas de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El intrigante caso del grafitero misterioso (Anexo)</li> <li>• Vídeo: El Mito de la Caverna: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=0v8y9cnh66M">https://www.youtube.com/watch?v=0v8y9cnh66M</a></li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 22</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Decir que vamos a empezar un nuevo tema en que podremos poner en práctica gran parte de lo que se discutió en las clases anteriores.</li> <li>• Destacar que para desarrollarnos debemos entender el mundo que nos rodea, y así madurar como un ciudadano consciente de nuestra realidad.</li> <li>• Actividad: <b>Ejercicio de cambio</b></li> <li>• Pedir a los estudiantes a formar parejas, uno de frente al otro.</li> <li>• Pedirles que se observen de cerca, dándose cuenta de las principales características y adornos del colega.</li> <li>• Orientar las parejas para dar la vuelta y cambiar tres cosas en sí mismas.</li> <li>• Pedir el retorno a la posición inicial y continuar el reto: la pareja tendrá que identificar los tres cambios. Nota: Puede haber una segunda ronda – pedir que los cambios sean distintos.</li> <li>• Terminar la actividad promoviendo una reflexión a partir de las preguntas:</li> </ul>

	<p>¿Es más difícil cambiar o notar el cambio en el otro? El mundo cambia y no entiendo. ¿Estamos observando lo suficiente? ¿Cómo se sintieron en el ejercicio de la observación? ¿Y siendo observados?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminar reforzando que la observación es una herramienta importante en la búsqueda de la verdad de los hechos.</li> </ul>
30'	<p><b>DESARROLLO I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comentar que cuando a menudo emitimos una opinión sobre alguien o algún hecho y que, a menudo nos sorprende cuando buscamos saber más sobre. El proceso de investigación permite dejamos la etapa de “conjeturas” a ciencia cierta. Por ejemplo, ¿alguna vez has pensado en algo de un colega y luego se sorprendieron cuando sabían más al respecto?</li> <li>• Informar que ahora tenemos la oportunidad de mejorar nuestro espíritu investigativo con un caso muy interesante y desafiante.</li> <li>• Invitar la clase a resolver <b>El caso del Intrigante grafitero misterioso</b> (anexo).</li> <li>• Presentar el caso y decir que tendrán 15 minutos para resolverlo. Al final del tiempo, pedir la solución a los estudiantes y sólo después revelar la respuesta.</li> <li>• Después de presentar la respuesta, preguntar a la clase:</li> </ul> <p>¿Debido a que el investigador no acusó el supervisor al inicio, incluso pensando que ha sido él? ¿Lo que ocurrió para que el investigador estuviese seguro de que era el supervisor? ¿Cómo se llama el proceso de descubrir? (Investigación).</p>
20'	<p><b>DESARROLLO II</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuar la discusión preguntando a los estudiantes si han oído hablar del <b>Mito de la Caverna</b> del filósofo Platón. Escuchar a los estudiantes que quieran expresar sus opiniones, acogiendo sus ideas.</li> <li>• Invitarles a ver el video <b>El Mito de la Caverna - Platón</b></li> <li>• Iniciar un debate a partir de las siguientes cuestiones:</li> </ul> <p>¿Cuál es la relación del vídeo con la adquisición de conocimientos? ¿Cómo podemos relacionar la investigación al mito de la caverna? ¿Hay alguna relación entre el mito de la caverna y de nuestra realidad? ¿Para usted, qué quiere decir la frase “El conocimiento libera.”?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luego decir, que, con el mito de la caverna, Platón revela la importancia de la curiosidad, de la criticidad, la educación a través de</li> </ul>





	la adquisición de conocimiento, que es el instrumento que permite a los seres humanos ser conscientes de la verdad y establecer el pensamiento crítico.
20'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Preguntar:</b> ¿Ustedes han desarrollado su sentido crítico o aún necesitan trabajarlo?</li><li>• Decir al final que la salida de la cueva hoy en día también es a través de la investigación, la educación. Así que es un proceso gradual. En este proceso nos encontramos con las dificultades que se encuentran la resistencia a lo nuevo, lo que es diferente, estamos atrapados por las corrientes de los prejuicios, la ignorancia de opiniones sin fundamento, representados en la cueva por la oscuridad. El sentido crítico, que es la capacidad para cuestionar, reflexionar, investigar, a su vez, conducirá al conocimiento científico, basado en la evidencia, que está representado por la luz.</li><li>• <b>OBS:</b> Sin adelantar el tema, pedirles que traigan para la siguiente clase la diferencia entre las palabras, información y el conocimiento.</li><li>• Por último, reunir todos en un círculo y pedir a diez estudiantes voluntarios para llevar a cabo la actividad: <b>La palabra voló.</b></li><li>• Los estudiantes dicen una palabra que represente la evaluación del día. comienza el maestro, dice una palabra y luego continúa: “La palabra voló, voló, cayó en la boca de (nombre de algún estudiante)...” El estudiante dice una palabra de evaluación del día y continúa hasta el final de la ronda de 10 estudiantes.</li></ul>

## ANEXO

### SESIÓN 22

#### El intrigante caso del grafitero misterioso



En el **Museo de la Ciudad** había una obra maestra llamada "El Sello". Era una imagen tan rara y valiosa, que sólo era expuesta al público una vez al año. Motivo por lo cual se mantuvo en una sala especial con acceso restringido, donde sólo podían entrar los empleados escogidos a mano.

Pero un día, al entrar en la habitación, el supervisor vio sorprendido que la obra había sido pintada por un grafitero. Por lo tanto, sin perder más tiempo, el **inspector Arruda** fue llamado para investigar el caso.



"Al entrar en la habitación, fue cuando vi esta calamidad. A partir de ese momento, no toqué nada en absoluto, dejando la escena tal como la vi. Entonces, sin perder más tiempo, decidimos llamar a la policía..."

Después de un rápido vistazo en el lugar, y

después de hacer frente a la escena con lo que dijo el Supervisor, el inspector se cree Supervisor es el grafitero.

Aquí está la pregunta ... ¿**Por qué** está tan seguro de su culpabilidad? Pedir a los estudiantes para analizar y tratar de averiguar la respuesta.



# ANEXO

## SESIÓN 22

### CONTENIDO EXCLUSIVO PARA EL PROFESOR



Respuesta del rompecabezas:

**El inspector**, después de examinar el sitio, y después de escuchar con atención el testimonio del supervisor, pensó para sí mismo:

“¿Si él dijo que entró en la habitación y vio la imagen ya cubierta de tinta, y también dijo que no tocó en nada, entonces cómo hay una llave en la cerradura interna de la puerta?”

Y pensando así, se llegó a la conclusión de que el autor de los grafitis estaba dentro de la habitación, y por supuesto, con la puerta cerrada desde el interior. Lo que significaba que, como declaró el supervisor, que era el que había entrado en la habitación, la llave debe estar fuera, no dentro.

Conclusión lógica: ¡No decía la verdad! El supervisor es culpable.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 23</b>	<b>TEMA</b>	<b>DEL POPULAR AL CIENTÍFICO UNA ALQUIMIA DE INVESTIGACIÓN</b>
	<b>LOGRO ESPERADO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover el interés de los estudiantes en el proceso investigativo.</li> <li>• Fortalecer la criticidad y la capacidad de absorción de informaciones.</li> <li>• Trabajar nociones relacionada al sentido común.</li> <li>• Estimular habilidades vinculadas al trabajo en grupo, a las habilidades interpersonales y a la interdependencia positiva, en el desarrollo de investigaciones</li> </ul>
	<b>HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocimiento;</li> <li>• Conciencia social;</li> <li>• Apertura a la Experiencia;</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> </ul>

<b>ENFOQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque crítico</li> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Aprendizaje experiencial</li> </ul>
<b>METODOLOGIA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Experiencial / comunicativa</li> <li>• Investigativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	Instigar la búsqueda de información a través de una actividad lúdica.
	<b>DESARROLLO</b>	Estimular la discusión sobre el sentido común con actividades que estimulan la creatividad y el trabajo en equipo.
	<b>CIERRE</b>	Revisitar lo visto en clase con el fin de medir la absorción por parte de los estudiantes.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Juegos</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrumental Caza al tesoro.</li> <li>• Lápices / bolígrafos</li> <li>• Cartones</li> <li>• Bolígrafos, lápices de colores</li> <li>• Instrumental de los dichos populares.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

**SESIÓN DE APRENDIZAJE**  
**23**

**PROPUESTA DE ACTIVIDADES**

<b>TIEMPO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
30'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empezar preguntando quién trajo lo que se pidió en la clase anterior.</li> <li>• Solicitar a los estudiantes que digan sus respuestas a la clase. Si es necesario, recordar que la completa transformación de la información en conocimiento es una actividad intelectual, un proceso mental que se indaga, pregunta y establece relaciones entre las diferentes informaciones obtenidas. Lo que resulta de este proceso, por supuesto, es la nueva información que, a su vez, se comunicará y también se utilizará en los nuevos procesos. El conocimiento es la redefinición de la información.</li> </ul>





- Decir que hoy continuarán la discusión iniciada en la clase anterior y profundizarán los elementos relacionados con la forma en que percibimos el mundo y cómo la investigación puede contribuir a este proceso.
- Actividad: **La Caza al tesoro.**
- Explicar a los estudiantes que será realizada una actividad que permitirá que todos sepan un poco más uno del otro: “¿Quién aquí cuando más joven, ha jugado a la ‘Caza al tesoro’ ? ¡Hoy, nuestro tesoro será información!
- Dar a cada uno una lista de las descripciones (Anexo) y solicitar que recojan a una lapicera o un bolígrafo.
- Colocar una música alegre y explicar que: después del comando, todos empiezan a buscar un colega que se ajuste a las descripciones de los parámetros expresados en cada instrumental recibido. Pedir a los estudiantes que se identifiquen con alguno de los elementos que firmen su nombre en el lateral.
- Al final del período de diez minutos, pedir a los estudiantes que formen un círculo y que voluntariamente compartan cómo fue la experiencia de buscar un compañero que encaje en la lista de descripciones.

30'

**DESARROLLO**

- Retomar la actividad anterior preguntando a los estudiantes si estaban sorprendidos por las respuestas encontradas: ¿había algo que estaban seguros sobre alguien y encontraron una respuesta diferente? ¿Cómo se sintieron?
- Después de escucharlos, explicar que a menudo nos llevan a creer algo porque muchas personas creen también u oímos incluso sin una prueba científica de que realmente es cierto. ¿Ya te ha pasado? Fomentar la participación de la clase.
- Señalar que las leyendas, historias y enseñanzas pasadas de generación en generación que tanto usamos en nuestra vida diaria, por ejemplo, los tés que tomamos para ayudar a curar enfermedades, se clasifican como el sentido común, es decir, significa que los conocimientos adquiridos por los hombres a partir de experiencias y observaciones del mundo.
- A continuación, dividir la clase en grupos de cinco estudiantes. Distribuir una cartulina a cada equipo y proporcionar material para dibujar.
- Informar que tendrán cinco minutos para discutir sobre historias y lecciones que aprendieron de sus padres, abuelos o alguien importante que marcó sus vidas de alguna manera.



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Después de la discusión, orientar que ahora representen en las cartulinas lo que ha sido discutido por el equipo de una manera creativa utilizando lápices, lápices de colores, bolígrafos coloridos etc. Proporcionar 15 minutos.</li><li>• Cuando todos hayan terminado, invitar cada equipo a presentar su cartel y colgarlo en una pared específica de la clase, construyendo un gran <b>Panel del Sentido Común</b> de nuestra turma.</li><li>• Continuar la discusión preguntando si quedó claro la comprensión de lo que es el sentido común, y señalar que el proceso de investigación científico puede confirmar o no este tipo de conocimiento.</li></ul>
25'	<b>DESARROLLO II</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Continuando, preguntar si conocen algún dicho popular. Pedir rápidamente que nombren algunos. Recordar que los dichos populares están directamente relacionados con el sentido común, después de haber sido creados de acuerdo a las situaciones del cotidiano popular.</li><li>• <b>Actividad Dichos Populares.</b></li><li>• Distribuir a cada estudiante la forma a los dichos (Anexo). Pedir que, individualmente, intenten responder a ellos.</li><li>• Después de 5 minutos, pedir a los estudiantes para formar tríos y que completen la actividad.</li><li>• Después de otros 5 minutos pedir para formar sextetos, orientar que finalicen el instrumental y permanezcan con este grupo para la próxima actividad.</li><li>• Después que todos lo que hayan completado, pedir a los equipos, uno a la vez, para leer un de los dichos y el conocimiento que transmite correspondiente hasta que todos hayan sido leídos.</li><li>• Luego invitar a los equipos (sextetos) para elegir un dicho popular, crear y representar una situación rápida, donde se pueda reconocer el dicho elegido. Cada equipo tendrá un máximo de 5 minutos para crear y hasta 3 minutos para la presentación.</li><li>• Después de cada presentación los otros equipos tratan de adivinar a cuál dicho se refiere.</li><li>• Nota: El maestro debe garantizar que no se repitan los dichos populares.</li></ul>
5'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿En círculo, preguntar lo que más les llamó la atención en la clase de hoy y por qué?</li></ul>





# ANEXO

## SESIÓN 23

Actividad: La Caza al Tesoro

DESCRIPCIÓN DE LA LISTA	
DESCRIPCIÓN	FIRMA
Tenga el mismo color de ojos que los suyos.	
Viva con los abuelos.	
Cuyo nombre tenga la misma inicial que el suyo.	
Tenga un hermano.	
Haya vivido en otra ciudad.	
Use gafas.	
Le guste bailar lo mismo que tú.	
Viva en una familia con padrastros.	
Tenga la misma edad que la suya.	
Sea del mismo signo que lo suyo.	
Tenga una mascota.	
Utilice llaves.	
Guste del mismo estilo de música que el suyo.	



### Actividad Dichos Populares

DICHO POPULAR	CONOCIMIENTO QUE TRANSMITE
A Palabras Necias, Oídos Sordos	
Ojos Que No Ven, Corazón Que No Siente	
En Boca Cerrada No Entran Moscas	
No Hay Mal Que Por Bien No Venga	
No Dejes Para Mañana Lo Que Puedes Hacer Hoy	
Perro Que Ladra, No Muerde	
Al Que Madruga Dios Lo Ayuda	
Aunque La Mona Se Vista De Seda, Mona Se Queda	
Quien Ríe Ultimo Ríe Mejor	
A Caballo Regalado, No Se Le Miran Los Dientes	
A Mal Tiempo, Buena Cara	
El Que La Hace Lo Paga	



## ANEXO

### SESIÓN 23

#### Material para el Profesor - Significado de los dichos populares

A Palabras Necias, Oídos Sordos

Significado: No hay nada que hacer en caso del que habla sin razón

Ojos Que No Ven, Corazón Que No Siente

Significado: No se sufre por lo que no se sabe.

En Boca Cerrada No Entran Moscas

Significado: Es a veces muy útil callar

No Hay Mal Que Por Bien No Venga

Significado: A veces, algo negativo trae consecuencias positivas

No Dejes Para Mañana Lo Que Puedes Hacer Hoy

Significado: Hay que tratar de vivir el día presente realizando los anhelos

Perro Que Ladra, No Muerde

Significado: Los que hablan mucho, suelen hacer poco.



Al Que Madruga Dios Lo Ayuda

Significado: Muchas veces, el éxito depende de la rapidez

Aunque La Mona Se Vista De Seda, Mona Se Queda

Significado: No importa con que, vista una persona, ella siempre será la misma

Quien Ríe por Último Ríe Mejor

Significado: Será el tiempo quién diga quien tiene la razón y quién se equivoca

A Caballo Regalado, No Se Le Miran Los Dientes

Significado: Si algo no cuesta, no se tienen pretensiones

A Mal Tiempo, Buena Cara

Significado: Hay que saber sobrellevar los problemas de la vida

El Que La Hace Lo Paga

Significado: Siempre llega el momento de rendir cuentas.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 24</b>	TEMA	<b>INVESTIGANDO LA SALUD DE MI ESCUELA I</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducir la temática de Investigación y estimular la curiosidad acerca la historia de la comunidad escolar.</li> <li>• Fortalecer la apertura a nuevas experiencias pedagógicas.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia social</li> <li>• Apertura a la experiencia</li> <li>• Toma de Decisiones</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque Crítico</li> <li>• Pedagogía Activa</li> <li>• Aprendizaje Vivencial</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial/comunicativa</li> <li>• Investigativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Estimular la reflexión sobre las impresiones de los estudiantes sobre la escuela.
	DESARROLLO	<p>Fomentar el espíritu científico utilizando la escuela como objeto de investigación.</p> <p>Fomentar la representación de los resultados.</p>
	CIERRE	Provocar una reflexión individual sobre algunos asuntos específicos tratados en clase.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimientos Y local autóctonos</li> <li>• La dinámica de grupo</li> <li>• Las actividades artísticas</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anexo Frases a completar</li> <li>• Cartón;</li> <li>• Plumaz; lápiz de color; crayón de cera.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 24</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
-------------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
15'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar la bienvenida a los estudiantes y decir que hoy vamos a seguir con el tema de la investigación, pero más de cerca y de manera más activa, la propuesta de hoy es que la turma investigue la salud de la escuela.</li> <li>• Luego, invitar a la clase a participar de la Actividad Deseo Mágico.</li> </ul> <p>Solicitar que digan tres características de una escuela saludable. Después de las contribuciones, dirigir el debate afirmando que el rendimiento escolar positivo es un indicador importante de una escuela saludable. Pedir a los estudiantes a formar parejas y lanzar la siguiente pregunta: "Si tuviera un deseo mágico y pudiese cambiar tres cosas sobre esta escuela, ¿qué cambiaría?".</p> <p>Proporcionar 5 minutos para que hablen y escriban sus respuestas. Durante las presentaciones de las parejas, escribir los deseos en una cartulina, reuniendo las respuestas y sustituyendo las repetidas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Finalizar fijando las respuestas por la clase, que sirva como una fuente de información para las siguientes actividades.</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar previamente 4 indicadores de rendimiento de la escuela en una serie histórica de tres años (impresos uno por hoja)</li> </ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dividir la clase en cuatro equipos para realizar un trabajo, obedeciendo a los siguientes pasos:</li><li>• <b>PASO 1:</b> Lectura, análisis y discusión de los indicadores de rendimiento escolar recibidos, enfatizando se hubo mejora o empeoró en los últimos años y las posibles razones. <b>NOTA:</b> permitir a los equipos que se circulen por la escuela caso necesiten hablar con los estudiantes/funcionarios con el fin de reunir más información para ayudar en la investigación.</li><li>• <b>PASO 2:</b> En clase, discusión y preparación de un cartel para la presentación de los resultados de las investigaciones, pensando en formas creativas de demostrar los resultados a la clase. Proporcionar material para elaboración de los carteles.</li><li>• <b>ETAPA 3:</b> Planificación de la presentación de los equipos.</li><li>• Resaltar que este es el momento de la preparación, que en la próxima clase los equipos presentarán sus resultados a los demás.</li></ul>
15'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Al final, cuando los equipos finalicen sus planes y sus carteles, entregar el instrumental: <b>Frases para completar</b> (anexo) y solicitar lo rellenen de forma individual.</li><li>• Solicitar que cinco voluntarios compartan sus respuestas.</li></ul>
<b>ORIENTACIONES AL PROFESOR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Es importante que el profesor esté atento para ayudar a los equipos en el entendimiento de los indicadores, así como apoyar direccionando a los equipos en la búsqueda de informaciones en la escuela.</li><li>• Escoger indicadores simples ayudará en el proceso. (Utilizar indicadores de <b>ESCALE</b>)</li><li>• Orientar a los equipos que serán dos clases, una para preparación y otra para las presentaciones. Estimular que todos de los equipos participen.</li></ul>





# ANEXO

## SESIÓN 24

Actividad: frases para completar

1. La escuela es importante para los jóvenes porque...

---

---

2. Lo que más me gusta en mi escuela es...

---

---

3. Lo que no me gusta en mi escuela es...

---

---

4. El mejor recuerdo que tengo de mi escuela es...

---

---

5. Aquí en la escuela hice grandes amigos(as) como por ejemplo...

---

---

6. Los estudiantes suspenden porque...

---

---

7. Es importante ser aprobado para...

---

---



8. Los estudiantes abandonan la escuela porque...

---

---

9. Estudiar es importante porque...

---

---





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 25</b>	TEMA	<b>INVESTIGANDO LA SALUD DE MI ESCUELA II</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecer habilidades de comunicación y la autoconfianza.</li> <li>• Provocar los estudiantes a desarrollar competencias y habilidades necesarias para una buena desenvolvura al hablar en público.</li> <li>• Promover un espacio para exposición de los resultados obtenidos en las investigaciones.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La autoeficacia</li> <li>• Autorregulación</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Aprendizaje experiencial</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Experiencial / comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Introducir la clase preparando los estudiantes para la presentación
	DESARROLLO	Destinado a la presentación de los equipos.
	CIERRE	Estimular una reflexión colectiva sobre algunas cuestiones relacionadas con la investigación y la ciencia.

<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dramatizaciones</li> <li>• Trabajo en grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Material para las presentaciones</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 25</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
-------------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
20'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciar la clase informando que hoy será la presentación de las investigaciones realizadas en la clase anterior.</li> <li>• Separar la clase en los equipos y decir que tendrán 15 minutos para los ajustes finales, si es necesario.</li> </ul>
60'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo reservado para la <b>presentación de los equipos de investigación.</b></li> <li>• Recordar a los estudiantes la importancia de saber escuchar y por lo tanto también respetar a los demás.</li> <li>• Después de las presentaciones, retomar las notas registradas en la actividad de bienvenida de la clase anterior, los resultados de los indicadores de desempeño presentados por los equipos, y preguntar:</li> </ul> <p>Teniendo en cuenta todo lo que hemos visto, para ustedes, ¿cuáles son los mayores problemas en la escuela? ¿Debido a que suceden? ¿Qué hacer para la escuela mantenerse saludable? Seguir preguntando ¿qué les pareció este ejercicio de investigación? ¿Lo que más les llamó la atención? ¿Algo que destaque? ¿Cómo se siente ahora que sabe más acerca de la escuela?</p>
10'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Por último, invitar a 10 voluntarios para participar de la actividad <b>Empieza-Charla (Anexo)</b> sobre ciencia.</li> <li>• Los voluntarios leen las frases y los demás pueden comentar lo que piensa sobre o algo relacionado con lo que se ha dicho.</li> </ul>

## ANEXO

### SESIÓN 25

#### Empieza-Charla (oraciones)

A “La persistencia es el camino más corto hacia el éxito.” - Charles Chaplin

“Para investigar la verdad, es necesario poner en duda, cuanto sea posible, de todas las cosas, una vez en la vida.” - Renee Descartes

Jugar es una condición fundamental para ser serio. - Arquímedes

“Dame una palanca y un punto de apoyo y levantaré el mundo” - Arquímedes

“Investigar es ver lo que otros han visto y pensar lo que ningún otro ha pensado” - Albert Gyorgyi

“La mente que se abre a una nueva idea nunca vuelve a su tamaño original.” - Albert Einstein

“El único lugar donde el éxito viene antes que el trabajo es en el diccionario.” - Albert Einstein

“La imaginación es más importante que el conocimiento.” - Albert Einstein

“El mundo es un lugar peligroso para vivir, no a causa de los que hacen el mal, sino por aquellos que ven y dejan que el mal suceda.” - Albert Einstein

“Pienso noventa y nueve veces y no descubro nada; dejo de pensar, me entrego en un profundo silencio - y he aquí que la verdad se me ha revelado.” - Albert Einstein

“En medio de la dificultad reside la oportunidad.” - Albert Einstein

“Si al principio la idea no es absurda, entonces no hay esperanza para ella”. - Albert Einstein

“La imaginación es más importante que la ciencia, porque la ciencia es limitada, mientras que la imaginación abraza el mundo entero.” - Albert Einstein



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 26</b>	TEMA	<b>MANDALA DE LA VIDA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar con el grupo acerca de los papeles que desempeñan</li> <li>• Fortalecer el autoconocimiento, la autoimagen, la identidad social y cultural</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento de sí mismo;</li> <li>• Identidad cultural</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Pedagogía activa</li> <li>• Inteligencias Múltiples</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Experiencial / comunicativa</li> <li>• Creatividad</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	<p>Hacer un rescate de lo que se vivió en la clase anterior, que se correlaciona con el tema de esta clase.</p> <p>Promover una mejor comprensión del significado de la mandala.</p>
	DESARROLLO	Estimular la reflexión sobre los diferentes roles que juegan las personas en grupos que pertenecen y su importancia.
	CIERRE	Discutir con la turma los aspectos identificados a partir de la preparación de sus mandalas.



<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades artísticas</li> <li>• Narraciones orales</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Texto: “Un poco sobre Mandala”</li> <li>• Instrumental “Mandala de la Vida”</li> <li>• Plumas</li> <li>• Lápices de colores</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>26</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
15'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empezar solicitando un voluntario para hacer una síntesis de la clase anterior.</li> <li>• Destacar que los estudiantes en la última clase fueron capaces de aprender un poco más de la escuela a la que asisten y que hoy sabrán un poco más de sí mismos y sus colegas.</li> <li>• Luego preguntar:               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Usted sabe que es una mandala?</li> <li>¿Ha visto alguna?</li> <li>¿Saben su significado?</li> </ul> </li> <li>• Invitar a la clase para la lectura compartida del texto <b>“Un poco sobre mandalas.”</b></li> <li>• Aclarar posibles dudas acerca de la lectura.</li> </ul>
65'	<p><b>DESARROLLO</b>            Vivencia: <b>Mandala de la Vida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar:</li> </ul>



	<p>¿Alguna vez ha pensado en los diferentes roles que desempeñan en diferentes grupos a los que pertenece? ¿Cuáles son estos papeles?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Entregar a cada estudiante el instrumental “Mandala de la Vida” y pedirles que reflexionen sobre los diferentes papeles que juegan (niño, estudiante, amigo, hermano ...).</li><li>• Después de la reflexión, pedirles que compartan el círculo de la mandala de acuerdo con el tiempo que dedican a cada papel.</li><li>• A continuación, pedir a los estudiantes que contesten, en el instrumental, a las siguientes preguntas:  ¿Cuál es el papel a le que dedico más tiempo? ¿Cuál es el papel al que le dedico menos tiempo? ¿Lo que más me gusta? ¿Por qué? ¿Lo que me gusta menos? ¿Por qué? ¿Qué papel necesita de una mayor atención? (No necesariamente el que dedica menos tiempo, pero lo que esté dando menos atención).</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Proporcionar lápices de colores, crayones, lápices para los que quieren dar color y personalizar su mandala.</li><li>• Producciones completadas, los estudiantes deben presentar sus mandalas destacando los puntos mencionados anteriormente.</li><li>• Importante prestar atención a la gestión del tiempo para que todos puedan presentar.</li><li>• Al final de las presentaciones, formar un gran mural con todas las mandalas.</li><li>• Pedir a voluntarios que contesten:  ¿Cómo fue para usted producir esta mándala hoy? ¿Fácil? ¿Difícil? ¿Han identificado informaciones que estaban olvidadas? ¿Qué? ¿Creen que necesitan realizar algún cambio delante de estas informaciones?</li></ul>
10'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Solicitar a 3 estudiantes para resumir la clase de hoy en una sola palabra.</li><li>• Finalizar la clase felicitando al grupo para las producciones y la participación.</li></ul>

## ANEXO

### SESIÓN 26

#### Un poco sobre MANDALAS<sup>12</sup>

Mandala significa círculo en sánscrito. Mandala también tiene otros significados, tales como círculo mágico o concentración de energía; y universalmente Mandala es el símbolo de la integración y la armonía.

Durante mucho tiempo, el mandala se utiliza como expresión artística y religiosa a través de pinturas rupestres, el símbolo chino del Yin y Yang, los yantaras de la India, en thangkas tibetanos (pinturas sobre seda que representa una deidad) en los rituales de curación indígenas y en el arte religioso de varios siglos.

El uso de mandalas, en sus aspectos rituales y religiosas, también se puede emplear como un modo de auto-descubrimiento y la búsqueda profunda del ser que habita en cada uno de nosotros.

Cuando creamos un mandala, podemos entender, a través de sus símbolos, nuestra identidad en un momento determinado de nuestra vida.

Cuando se trabaja con el mandala, podemos experimentar momentos de gran expresión inconsciente, buscando el equilibrio en la conciencia y la experiencia de una realidad más armoniosa y significativa. Con la interpretación de mandalas puede conocer aspectos de la personalidad de uno, expresada a través de las líneas, colores, diseños y arreglos utilizados en su preparación.

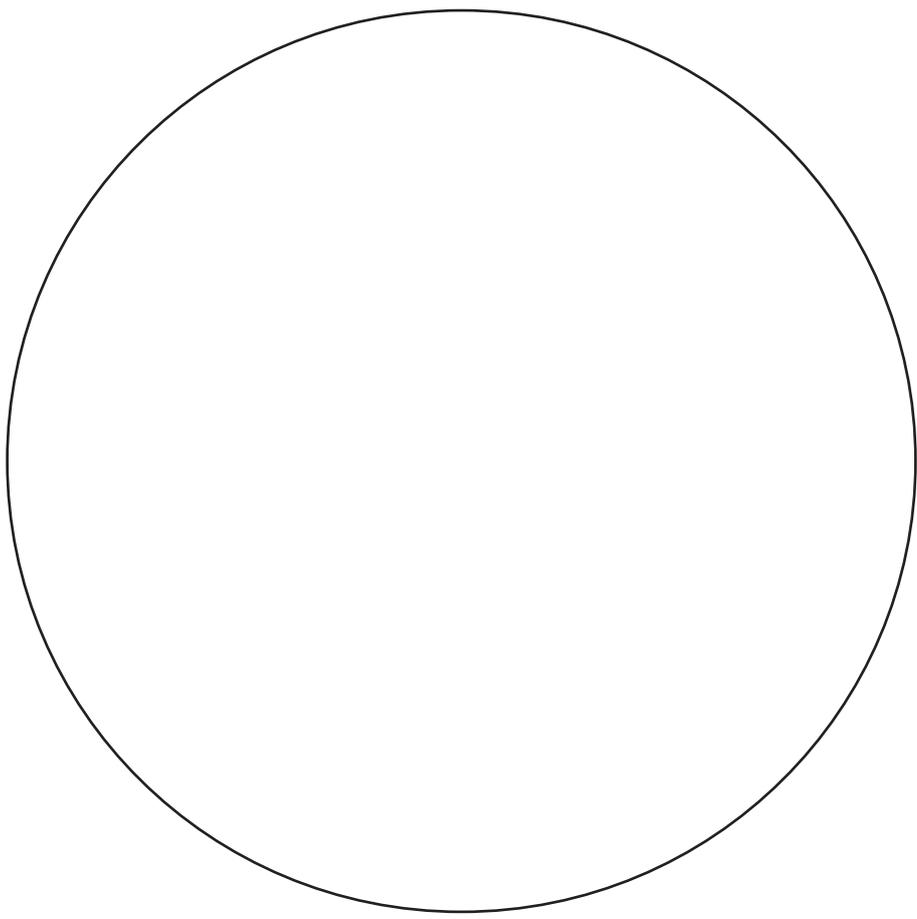
<sup>12</sup> Significados (s.f.).



# ANEXO

## SESIÓN 26

MANDALA DE LA VIDA Tiempo para pensar y escribir:



¿Cuál es el papel al que dedico más tiempo? \_\_\_\_\_

¿Cuál es el papel al que le dedico menos tiempo? \_\_\_\_\_

¿Lo que más me gusta? ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Lo que me gusta menos? ¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Qué papel necesita de una mayor atención? \_\_\_\_\_



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 27</b>	TEMA	<b>ELECCIONES: ¿TOMAR DECISIÓN ES FÁCIL?</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conducir el grupo a reflexionar sobre la importancia de las elecciones en la construcción de sus proyectos de vida.</li> <li>• Fortalecer la corresponsabilidad y la toma consciente de decisiones.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de Decisiones</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Aprendizaje de toma de decisiones</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Aprendizaje cooperativo</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Ejercitar con los estudiantes el proceso de escoger las prioridades y tomar decisiones, lo que refleja en sus proyectos de vida.
	DESARROLLO	Promover una reflexión sobre las consecuencias de las decisiones que tomamos.
	CIERRE	Tratar con el grupo la importancia de asumir la responsabilidad de las consecuencias de sus decisiones.

ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de escritura</li> <li>• Lectura de Imágenes</li> </ul>
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música suave</li> <li>• Hojas de papel</li> <li>• Imagen</li> </ul>
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>27</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
30'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Al sonido de una música suave, pedirles que cierren los ojos y promover un momento de relajación. Entonces decir que en la vida necesitamos todo el tiempo tomar decisiones y esto es parte del cotidiano de cada ser humano.</li><li>• Pedir que recuerden las elecciones más destacadas que han hecho en la vida. Preguntar si fueron decisiones fáciles o difíciles. Continuar: ¿cuáles fueron las consecuencias de estas decisiones?</li><li>• Después de unos minutos, pedir que abran los ojos y invitar a la clase a la siguiente actividad.</li></ul> <p>Actividad: <b>Prioridades</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Entregar una hoja de papel a cada estudiante.</li><li>• Solicitar que doblen la hoja en ocho partes iguales.</li><li>• Informar que deben escribir en cada dobla, algo que no puedan vivir sin.</li><li>• Después de que todos hayan rellenado, decir, “hay muchas cosas en la vida que son prescindibles, por lo que pueden vivir con menos”.</li><li>• Pedir que reflexionen se pueden eliminar dos de los elementos que pusieron en el papel. Llamar la atención sobre la responsabilidad del estudiante para tomar decisiones.</li><li>• A continuación, volver a preguntar se pueden eliminar otras dos y así sucesivamente. Los estudiantes están expresando gradualmente sus límites se negando a continuar.</li><li>• <b>Nota:</b> Esta vivencia trabaja lo que es más importante para las personas, por lo que es necesario tener cuidado para ejecutarla. Hábilmente, los direccionen a hacer la tarea, pero sin forzarlos. Es probable que muchos digan que no se puede eliminar todo, pregunte si puede dejar este o aquel elemento, pero estos comentarios deben ser ignorados, ya que cualquier información puede arruinar el resultado de la experiencia.</li><li>• Por último, decir que nadie necesitaba para eliminar cualquier cosa y que sólo usted puede evaluar lo que debe permanecer o no en su vida.</li></ul>



	<p>Nosotros siempre tendremos nos rodeando a la gente diciendo cómo deberían ser las cosas, sin embargo, que sólo nosotros podemos hacer nuestras elecciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacionar estas cuestiones al proyecto de vida de cada uno y con las decisiones que tendrán que tomar durante toda su vida.</li> </ul>
50'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mostrar la imagen (Anexo) para los estudiantes y preguntar: ¿Ha habido algún momento en la vida de ustedes que no sabían qué camino tomar? Esperar a que respondan y luego decir que “nuestras decisiones son el resultado de nuestras experiencias y por eso es tan importante tener cuidado con lo que somos, lo que pensamos y sobre todo con todas las personas con las que vivimos.”</li> <li>• A continuación, pedir a los estudiantes que piensen de forma individual sobre las actitudes / decisiones que se enfrentan, ya sea en la vida personal con la familia y amigos, sentimental o profesional, pero para las cuales, de alguna manera, no se sientan seguros y aún no han decidido lo que harán.</li> <li>• Ofrecer a los estudiantes la mitad de una hoja de papel y pedirles que escriban estas actitudes / acciones, a enumerarlas en orden de dificultad, caso haya más de una.</li> <li>• Luego, pedir a los estudiantes que compartan lo que escribieron en parejas. Las parejas deberán intercambiar los papeles y en el reverso deberán escribir:</li> </ul> <p>¿Cuáles son las consecuencias si no se toma esta actitud?          ¿Cuáles son las consecuencias de decidir y actuar?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir a algunas parejas para compartir sus puntos, guiando al grupo a escuchar con atención a los puntos de vista de cada uno. En la medida en que las parejas estén presentando, estar atento a los discursos y contribuir a la profundización de la reflexión, cuestionando a la clase:</li> </ul> <p>¿Qué elecciones hacemos durante todo el día sin darnos cuenta?          ¿Hay un momento adecuado para decidir sobre algo?          ¿Quién puede ayudarme a tomar las decisiones correctas?          ¿Es posible fijar una elección “mala” que se hizo en el pasado?</p>
10'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escribir en la pizarra la siguiente frase de Pablo Neruda (poeta chileno):</li> </ul> <p><i>“Usted es libre para tomar decisiones, pero es un prisionero de las consecuencias.”</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir a los estudiantes a compartir sus percepciones de la frase.</li> </ul>



• Comentar que consultar a amigos / familia frente a una decisión difícil es una forma de ampliar los horizontes y ayudar a identificar soluciones a nuestros dilemas. Sin embargo, debemos ser conscientes de que la responsabilidad de nuestras elecciones es exclusivamente nuestra y hay que atenerse a las consecuencias.





# ANEXO

## SESIÓN 27

Imagen





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 28</b>	TEMA	<b>LO QUE QUIERO SER CUANDO CREZCA</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular los estudiantes a reflexionar acerca de la importancia de la autoconfianza en la construcción de relaciones saludables.</li> <li>• Promover una discusión acerca de las habilidades necesarias para el desarrollo de una postura segura delante de la vida y los obstáculos.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma de decisiones</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Aprendizaje experimental</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Vivencial</li> <li>• Aprendizaje Cooperativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Hacer una introducción al tema de la clase, desde el enfoque de algunas profesiones.
	DESARROLLO	Estimular la reflexión sobre las competencias clave de los estudiantes y cómo pueden contribuir a su elección de carrera.
	CIERRE	Permitir a los estudiantes a compartir con el grupo sus percepciones acerca de sus opciones de carrera.

<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego</li> <li>• Dinámica de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 sobres con 10 profesiones cada</li> <li>• Instrumental “Mi pirámide de habilidades”</li> <li>• Hojas con preguntas (col)</li> <li>• Música animada</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 28</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
-------------------------------------	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
30'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preguntar si alguien ha jugado a la mímica, y en seguida dividir la clase en dos equipos (A y B), colocándolos en lados opuestos de la sala.</li> <li>• Cada equipo recibirá un sobre con 10 profesiones.</li> <li>• Un miembro de cada grupo a la vez, debe retirar un papel del sobre sin ver a los demás y seguir adelante para llevar a cabo la mímica. El reto será hacer que su grupo adivine qué profesión que es. Si su grupo no adivina, el turno pasará al otro grupo.</li> <li>• Cada acierto vale un punto.</li> <li>• Seguir con la actividad hasta que las palabras en los sobres terminen. El equipo que obtiene más puntos gana el desafío (si es posible, premiar al equipo ganador con chocolates).</li> <li>• Destacar que esta era una manera divertida para ilustrar una serie de profesiones existentes, y, posiblemente, algunos de los cuales se han abordado, es la que tienen una mayor afinidad. Preguntar, ¿ya han pensado sobre eso?</li> <li>• Finalizar agradeciendo y felicitando a los equipos por la participación de todos.</li> </ul>



45'

**DESARROLLO**

- Recordar que en la última clase discutimos la importancia y las consecuencias de nuestras elecciones.
- Decir que hoy seguiremos hablando de elecciones, pero conduciendo un poco al campo profesional – Por lo tanto, es importante reflexionar sobre sus habilidades clave y cómo estas pueden ayudarles a la hora de elegir cuál camino seguir.
- Entregar el instrumental “Mi Pirámide de Habilidades” y solicitar que escriban sus habilidades como se indica.
- Luego, en parejas, pedirles que discutan sus respuestas y rellenen el campo de las profesiones relacionadas con sus habilidades.
- Pedir a voluntarios que compartan sus registros.
- Por último, poner en marcha las siguientes preguntas al grupo:

¿Ya habían pensado en seguir una de las profesiones que ustedes han identificado como relacionadas con sus habilidades?

¿O piensan en algo completamente distinto? Si es así, ¿qué habilidades necesitan desarrollar?

- Reflexionar con el grupo la importancia de este momento como una forma de registrar y organizar la información para ayudarles en sus decisiones relacionadas con la profesión que desean seguir en un futuro próximo.
- Recomendar a la clase que archiven sus instrumentales en sus portafolios.

15'

**CIERRE:**

- De antemano, escribir las siguientes preguntas, una en cada hoja de papel, y luego enrollarla formando una gran bola de papel (col).
- **Preguntas:** ¿Ya ha logrado definir qué profesión quiere ejercer? ¿Cuál? Pasar el balón a la quinta colega a su izquierda. En su opinión, ¿cuáles son las habilidades que los profesionales del siglo XXI deben tener? ¿Qué habilidades usted necesita desarrollar la profesión que desee en el futuro? ¿Se entrega la pelota a la séptima colega a la derecha! ¿Lo que define a un profesional exitoso en su opinión?
- Con los estudiantes formando un círculo, poner una música alegre y pasar el “col” de mano en mano hasta que la música se detenga. Aquél que se quede con él en las manos deberá “pelar el col”, eliminando la primera hoja y contestar la pregunta.
- Repetir la técnica hasta que las hojas se agoten.



## ANEXO

### SESIÓN 28

<b>Sobre 1:</b>	<b>Sobre 2:</b>
PROFESOR	POLICÍA
MÉDICO	AGRICULTOR
MOTORISTA	PSICÓLOGO
SECRETARIO	ANALISTA DE SISTEMAS
ABOGADO	VENDEDOR
ENFERMERA	PELUQUERA
INGENIERO	ARQUITECTO
NUTRICIONISTA	ARTISTA
ENTRENADOR PERSONAL	PERIODISTA
DENTISTA	FARMACÉUTICO

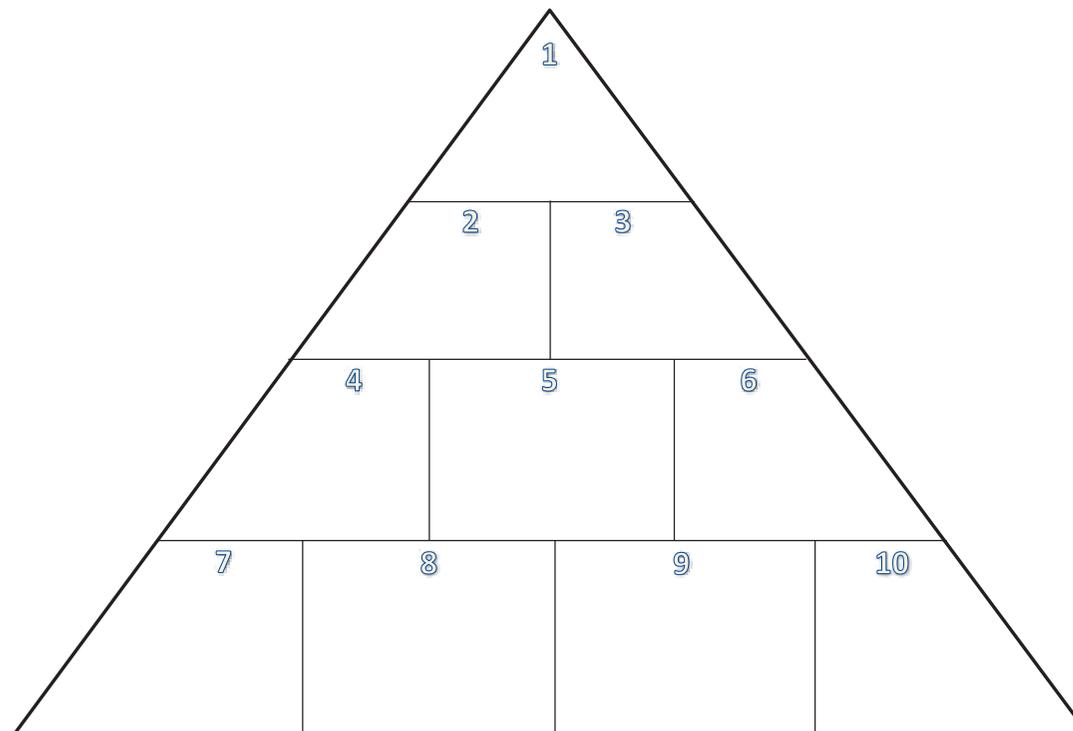


**ANEXO**

**SESIÓN 28**

**MI PIRÁMIDE DE HABILIDADES**

**RECORDAR LAS HABILIDADES QUE HA IDENTIFICADO Y ORGANIZÁLAS PONIENDO LA MÁS FUERTE EN EL TOPO. IMPORTANTE SABER CUÁLES SON LAS QUE QUEDARÁN EN LA BASE DE LA PIRÁMIDE, SERVINDO COMO PUNTO DE FUERZA PARA LAS DEMÁS**





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 29</b>	TEMA	<b>¡YO CREO EN MÍ!</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estimular el grupo a ejercitar la prospección en relación a sus proyectos de vida.</li> <li>• Promover una discusión acerca de la importancia de plantearse un futuro mejor.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autorregulación</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enfoque reflexivo</li> <li>• Aprendizaje de toma de decisiones</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Discutir con los estudiantes la importancia de creer en su capacidad para lograr sus objetivos.
	DESARROLLO	Estimular a los estudiantes para pensar acerca de sus objetivos y qué decisiones deben tomar para alcanzarlos.
	CIERRE	Fomentar el desarrollo de la autoconfianza en los estudiantes mediante la identificación y el intercambio de sus fortalezas personales.

ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas de grupo</li> <li>• Ejercicio escritura</li> </ul>
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vídeo: Atrévete a Soñar - Plan de Vida <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA">https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA</a></li> <li>• Frases</li> <li>• Instrumental: "Lo que quiero ser"</li> </ul>
EVALUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>





<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>29</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
40'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Decir al grupo que en esta parte final harán un rescate de la importancia de la búsqueda del autoconocimiento y su impacto en la construcción de sus proyectos de vida.</li><li>• Observar que tratar de verse a sí mismo es un ejercicio que requiere mucho coraje y honestidad consigo mismo, es un viaje único.</li><li>• Recordar que en la última clase hablaran de lo que quieren ser en el futuro. Preguntar: ¿Para usted, este futuro está cerca o lejos? ¿Es tangible o demasiado abstracto? ¿Se siente seguro para llegar a él?</li><li>• Exhibir la media: <b>“Atrévete a Soñar - Plan de Vida.”</b></li><li>• Después de la exhibición preguntar: ¿Qué mensajes esta media nos muestra? (Animar al grupo a comentar sobre lo que más les llamó la atención).</li><li>• En seguida, distribuir tarjetas con las frases retiradas de la media (Anexo) por el piso de la clase.</li><li>• Pedir que cada estudiante tome una frase y vuelva a sentarse (prestar atención a la cantidad de sentencias y el número de estudiantes. Si hay más estudiantes que frases, repetir algunas frases. Si hay más frases que los estudiantes, algunos estudiantes deben tomar más de una).</li><li>• Disponer tiempo para la reflexión: ¿por qué eligió esa frase? ¿Qué te dijo?</li><li>• Solicitar que cada estudiante (en orden numérica de la sentencia) comente rápidamente su percepción de la frase.</li><li>• Al final, agradecer a la participación de todos y reflexionar: ¿Ha sido difícil compartir sus puntos de vista personales? ¿Qué descubiertas ocurrieron a partir de esta actividad? ¿Por qué es tan importante uno creer en sí mismo?</li></ul>



40'	<b>DESARROLLO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comentar que como visto en la actividad anterior, para lograr lo que queremos, en primer lugar, hay que creer en nosotros mismos.</li><li>• Recordar que en la última clase hicimos un ejercicio de identificación de habilidades y cómo ellas pueden ayudarnos en nuestra elección de carrera.</li><li>• Preguntar: ¿alguna vez has pensado dónde quieren ponerse en los campos personales y profesionales?</li><li>• Entregar el instrumental “¿Lo que yo quiero ser?” y pedir que lo contesten.</li><li>• Luego, pedir a voluntarios que compartan sus registros.</li><li>• Terminar destacando que cuando registramos y organizamos nuestros objetivos, ellos se hacen más claros y este es el primer paso para convertirse en realidad.</li><li>• Reforzar la importancia de que estos objetivos siempre se revisen y sean repensados con el fin de ajustarse a los cambios que sucedan en su vida.</li></ul>
10'	<b>CIERRE</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Formar un gran círculo con todos de pie y con las manos dadas, pedir a cada estudiante individualmente completar la frase: “Creo en mí porque ...”</li></ul>



## **ANEXO**

### **SESIÓN 29**

#### **FRASES**

**1. Si usted se pregunta cómo desea ser el futuro, puede decir: "No sé, no tengo ni idea."**

**2. Es más fácil decir lo que no quiero que ocurra.**

**3. Cuando somos pequeños que nos enseñan muchas cosas, pero no nos enseñan a confiar en nosotros mismos.**

**4. Creer en sí y tener claro lo que quiere, se puede interpretar por muchos como arrogancia.**

**5. "Hijo, lo que tienes que hacer es trabajar duro, sacrificarse y aceptar su destino. Soñar despierto es una pérdida de tiempo".**

**6. De hecho, una forma de lograr sus objetivos es soñar con lo que quiere ... y luego trabajar para lograrlo.**

**7. Todo depende de lo que usted cree.**

**8. Zona de conforto es cuando se mueve en torno a algo que domina (habilidades, conocimientos, actitudes y comportamiento).**

**9. Alrededor de su zona de conforto es su área de aprendizaje, para ampliar su visión del mundo.**

**10. En su zona de aprendizaje: aprendes nuevos idiomas, viajas, tienen nuevas sensaciones, enriquecen sus puntos de vista, modifica sus hábitos y conoce otras culturas.**

**11. Zona de aprendizaje: experimentar, observar, comparar, aprender.**

**12. Zona de pánico "puede experimentar cosas muy graves. No deje su área de aprendizaje que va a ser terrible".**

**13. Zona de pánico es en realidad la zona mágica: pueden ocurrir cosas maravillosas a partir de esta zona, todavía no sabemos porque no hemos estado allí.**

**14. Zona de magia: amplía la zona de confort y área de aprendizaje. No se pierde lo que tenía.**

**15. El cambio es en realidad el desarrollo.**

**16. "Cambiar" provoca miedo de perder lo que tienes y lo que eres.**

**17. La tensión emocional (zona de confort) x tensión creativa (moverse al exterior): fuerzas opuestas.**

**18. Para avanzar, su motivación debe salir victoriosa contra sus miedos.**

**19. Debe reconocer sus miedos y enfrentarse a ellos (miedo a lo que dirán, miedo al fracaso, miedo al ridículo, la vergüenza).**

**20. ¡Cree en ti!**

**21. ¡Usted es el protagonista de su vida!**

**22. Lo que tú no decida, probablemente otros decidirán por ti.**

**23. Al cuestionar correctamente sus miedos, su autoestima crecerá.**

**24. La autoestima le dará una nueva visión de la realidad y oportunidades, por lo que puede definir mejor sus objetivos, tener claro cuál es su sueño y buscar algo que te motive.**

**25. Toma conciencia de lo que te falta aprender.**

**26. Será útil recordar sus orígenes, sus valores y sus principios y que reflexione sobre su misión personal en la vida.**

**27. ¿Para qué quiere lograr su sueño?**

**28. Cuando confíes en ti y en tu sueño, es el momento de pasar a la acción y dejar atrás su zona de confort.**

**29. Experimentar la alegría de aprender a perseguir sus sueños.**

**30. Puede ser que algunos se sientan poco competentes y vulnerables. ¡No hay problema! ¡Eres un ser humano! ¡No sabes todo! Usted está aprendiendo. Estás avanzando hasta tu sueño.**

**31. Lo que falta para comenzar a recuperar su sentido de competencia es volver a su zona de confort...**

**32. Tengo paciencia con su preparación y confianza en su meta. Prepare bien su estrategia.**

**33. ¡Sea una persona persistente y positiva!**

**34. Y antes de que usted se imagina, su sueño se hará realidad.**

**35. ¿Te atreves a soñar?**



# ANEXO

## SESIÓN 29

### LO QUE QUIERO SER:

Personal:

---

---

---

---

---

Profesional:

---

---

---

---

---

### ¿CUÁLES DECISIONES DEBO ELEGIR HOY PARA ALCANZAR MIS METAS?

PERSONAL	PROFESIONAL
1.	1.
2.	2.
3.	3.



<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE 30</b>	TEMA	<b>RITO FINAL - RETOMANDO LA FLOR</b>
	LOGRO ESPERADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover el desenlace de las expectativas del grupo a partir del rescate del rito de pasaje La Flor.</li> </ul>
	HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia social</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> <li>• Asertividad</li> <li>• Conocimiento de sí mismo</li> <li>• Autorregulación</li> <li>• Autoeficacia</li> <li>• Perseverancia</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Identidad cultural,</li> </ul>

ENFOQUE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexivo</li> </ul>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Comunicativa</li> </ul>

<b>MOMENTOS DE LA SESIÓN</b>	INTRODUCCIÓN	Crear un ambiente de apoyo para los estudiantes a reflexionar sobre los momentos más memorables que vivieron durante el año.
	DESARROLLO	Rescatara las expectativas que tenían los estudiantes al comienzo del año, estableciendo un paralelismo con lo que se ha logrado. Además, establecer compromisos personales como una forma de fortalecer sus proyectos de vida.
	CIERRE	Momento destinado a la confraternización de la clase.



<b>ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de escritura</li> <li>• Dinámica de grupo</li> </ul>
<b>RECURSOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caja de los deseos con las flores</li> <li>• Portafolios</li> <li>• Pegamiento; bolígrafos</li> <li>• Música</li> <li>• Adornos diversos para el ambiente.</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formativa</li> </ul>

<b>SESIÓN DE APRENDIZAJE</b> <b>30</b>	<b>PROPUESTA DE ACTIVIDADES</b>
---	---------------------------------

TIEMPO	DESCRIPCIÓN
15'	<p><b>INTRODUCCIÓN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar el ambiente con antelación para recibir la clase: poner una luz baja (si es posible), una música agradable, incienso para perfumar, cojines y lo que más le parezca bien.</li> <li>• A medida que llegan los estudiantes, pedirles que se instalen cómodamente en un círculo.</li> <li>• Pedir que cierren a los ojos y traten de recordar los momentos vividos durante este año, haciendo un viaje en el tiempo (nombrar, poco a poco, las actividades más destacadas para la clase).</li> <li>• Pedir que piensen acerca de la evolución de este huerto, como lo fue al comienzo del año y como es ahora... ¿se desarrolló? ¿Ha florecido? ¿Generó frutos? ¿Las plantas que viven en este huerto viven en armonía? ¿Cómo una influencia en la vida de la otra?</li> <li>• Continuar: ¿Y usted? ¿Ha notado algún cambio? ¿Qué aprendizajes se incorporaron en este año? ¿Qué cambios ocurrieron en su vida?</li> <li>• Después de unos minutos de reflexión, pedir a los estudiantes que abran a los ojos.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comentar que sin duda hoy en día uno se siente mucho más capaz que sentía en el primer día de clases. Seguramente cada uno es más protagonista de su historia.</li> </ul>
50'	<p><b>DESARROLLO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos en círculo, abrir la <b>Caja de los Deseos</b> y devolver la flor de cada uno, hecha en el tercer día de clases.</li> <li>• Solicitar que retiren sus expectativas desde el interior de la flor y entre en contacto con ellos buscando relacionarlos con la reflexión anterior.</li> <li>• Direccionar las preguntas a cada estudiante:</li> </ul> <p>¿Fueron capaces de desarrollar las habilidades necesarias?          ¿Y el deseo personal se ha conseguido?          ¿El grupo logró atinjar el aprendizaje deseado?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disponer tiempo para la clase reflexionar sobre cada una de las respuestas a las preguntas.</li> <li>• A continuación, dividir la clase en grupos y pedir a cada estudiante hable, en el equipo, acerca del cumplimiento de sus expectativas durante el año. Buscar acompañar a los equipos.</li> <li>• Los estudiantes regresan al círculo, pedir a todos que miren cuidadosamente sus flores. Reflexionar sobre cómo pueden inspirar a sus proyectos de vida, trayendo suerte para ser asociados con el talento, el conocimiento, las elecciones y determinaciones.</li> <li>• Pedir entonces que escriban en cada hoja de la flor (escribir los tipos de compromisos en la pizarra):</li> </ul> <p>Mi compromiso con <b>mi bienestar personal</b>          Mi compromiso con <b>el desarrollo de mi escuela</b>          Mi compromiso con <b>mi futuro profesional</b>          Mi compromiso con <b>el planeta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luego, distribuir los portafolios y pedir a cada estudiante para guardar sus flores en la parte interior. En seguida, pedir a voluntarios para compartir sus compromisos, y decir que ahora forman parte de su proyecto de vida.</li> <li>• Sugerir a los estudiantes que deseen pedir a sus colegas para dejar una marca o un mensaje en la contraportada de su portafolio que lo hagan.</li> </ul>
25'	<p><b>CIERRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar la autoevaluación del estudiante.</li> <li>• Asignar los últimos momentos de la clase para una breve confraternización.</li> </ul>

## ANEXO

### SESIÓN 30

#### AUTO-EVALUACION DEL ESTUDIANTE

Objetivo: evaluar anualmente, desde el punto de vista del estudiante, la aplicabilidad / relevancia de los temas propuestos y trabajados en el Programa Horizontes.

¡Hola!

Este espacio está destinado a que evalúes cómo estás te desarrollando en el Programa Horizontes. Tu opinión es muy importante.

1. IDENTIFICACION	
1.1. Escuela:	
1.2. Nombre:	
1.3. Provincia:	1.4. Fecha:

#### 2. Expresa tu opinión sobre: (marca con una X)

	Item	Excelente	Buena	Regular	Insuficiente	Justificación
2.1	Temas cubiertos en las clases del Programa Horizontes.					
2.2	Uso de los contenidos y reflexiones trabajados en clase, en tu vida diaria.					
2.3	Fortalecimiento de la amistad y el respeto entre los estudiantes del grupo.					
2.4	Estructuración del Proyecto de Vida en etapas, relacionando tu historia pasada y presente con el futuro.					





3. Autoevaluación - En una escala ascendente del 1 al 4, asigne una puntuación para cada una antes y después de la implementación del Programa Horizontes.

	Comportamientos x Habilidades	Antes	Hoy
1	Conoce a si mismo (su potencial y lo que necesita mejorar)		
2	Se reconoce en relación a su historia familiar		
3	Conoce el contexto y la historia de su comunidad		
4	Cuida de su apariencia personal		
5	Es asiduo en la escuela (no falta a las clases sin motivo aparente)		
6	Es puntual (en la frecuencia y entrega de tareas)		
7	Expresa compromiso y persistencia con sus objetivos		
8	Participa en actividades de planificación, ejecución y evaluación escolar		
9	Cumple con las reglas		
10	Tiene expectativas claras y viables para el futuro		
11	Está motivado para alcanzar el logro personal		
12	Hace frente a la frustración y utiliza las dificultades para fortalecerse		
13	Posicionase, consciente de los impactos de sus elecciones		
14	Apoya y es fraterno con los compañeros		
15	Está abierto a nuevos conocimientos, curioso sobre el mundo; sobre los fenómenos; mira el contexto desde diferentes perspectivas		
16	Contribuye a la ejecución de tareas grupales y piensa colectivamente		
17	Es solidario y tiene compromiso social		
18	Usa el diálogo como una forma de aclarar y tratar los conflictos.		
19	Tiene compromiso con los demás para transformar o mejorar su espacio social		
20	Expresa sus ideas de manera clara y objetiva		
21	Escucha y lidia bien con diferentes opiniones		
22	Respeta las diferentes culturas, incluidas las variaciones en su propio país		



## Referencias

Alves, R. (11 de abril de 2013). Milho de pipoca ou piruá?  
<http://robertacarrilho-div.blogspot.com/2013/04/milho-de-pipoca-ou-pirua.html>

Coelho, T. (s.f.). Agir ou reagir.  
<https://www.somostodosum.com.br/clube/artigos/autoconhecimento/agir-ou-reagir-45179.html>

Cury, A. (11 de mayo 2016). O Poder do Silêncio.  
<https://www.asomadetodosafetos.com/2016/05/o-poder-do-silencio-augusto-cury.html>

Erikajita (s.f.). Erikajita papiroflexia fácil-trébol [video tutorial].  
<https://www.youtube.com/watch?v=QBOfoAKCh3A>

Saint Exupéry, A. de (s.f.). Arvore dos meus amigos.  
<https://www.recantodasletras.com.br/homenagens/3402651>

Favreau, J. (dir.) (2016). The Jungle Book [El libro de la selva] [película]. Walt Disney Pictures.

Fonseca, R. (14 de febrero de 2017). Qual a diferença entre emoção e sentimento na psicologia?  
<https://www.sbie.com.br/blog/qual-diferenca-entre-emocao-e-sentimento-na-psicologia-2/>

Hemisferio Derecho (s.f.). El mito de la caverna [video].  
<https://www.youtube.com/watch?v=0v8y9cnh66M>

Lopes Dantas, P. (s.f.). Auto-estima.  
<https://mundoeducacao.uol.com.br/psicologia/autoestima.htm>

Mayer, C. (2005). Dinâmicas de Grupo. Ampliando a Capacidade de Interação. Papirus.

Pausini, L. (Raquel Sánchez). (s.f.) La amistad [video].  
<https://www.youtube.com/watch?v=On5AS23Tcog>



Serrão, M. & Baleeiro, M. C. (1999). Aprendendo a Ser e a Conviver. FTD.

Significados (s.f.). Significado de mandala.

[www.significados.com.br/mandala/](http://www.significados.com.br/mandala/)

Trailside Middle School (s.f.). Los dos lobos. Una historia cherokee.

<https://www.lcps.org/cms/lib4/VA01000195/Centricity/Domain/15477/LOS%20DOS%20LOBOS%20historia%20Cherkee%20en%20espanol.pdf>

Uribe Sánnz, M. (s.f.). Atrévete a Soñar - Plan de Vida.

<https://www.youtube.com/watch?v=ob0qM06L4MA>

Varilux (s.f.). Qué es la resiliencia y cómo conseguirla.

<https://positive.varilux.es/bienestar/resiliencia/>

Yrrivarren. I. (ingrid yrrivarren) (s.f.). El cóndor pasa, tradicional música de Perú [video].

<https://www.youtube.com/watch?v=iNWKtaMekW8>





**unesco**



**Horizontes**  
Programa de Secundaria Rural